

राष्ट्र के लोहस्तम्भ

लेखक—

आचार्य श्रीचतुरसेन शास्त्री

सोल एजेन्ट्स —

चन्द्रा पुस्तकालय,
चूना मंडी, नई दिल्ली ।

प्रकाशक :—
संजीवन इन्स्टीट्यूट,
दिल्ली ।

सर्वाधिकार सुरक्षित

मुद्रक :—
बा० हरनामदास गुप्ता,
भारत प्रिन्टिंग वर्क्स,
बाज़ार सीताराम, दिल्ली ।

दो शब्द

‘अमीरों के रोग’ और ‘राष्ट्र के लोहस्तम्भ’—इन दोनों पुस्तकों के लेखक आचार्य श्रीचतुरसेन शास्त्री हिन्दी के सिद्धहस्त कहानी लेखक, महान् उपन्यासकार तथा समाज-सुधारक तो हैं ही, किन्तु उनका वैद्यक और शरीर-विज्ञान का ज्ञान कितना अधिक विस्तृत और परिमार्जित है, इस बात को हिन्दी के पाठकों से अधिक वे राजे-महाराजे, वे रईस और जमींदार, वे नेता और राजनीतिज्ञ महापुरुष जानते हैं, जो अपने स्वास्थ्य-सुधार के लिए सब ओर से निराश होकर और शास्त्री जी द्वारा आरोग्य-लाभ करके चिरन्तन उन्हीं के यश का गान करते हैं ।

शास्त्री जी की वैद्यक-ज्ञान-निपुणता के सम्बन्ध में हमें अधिक कुछ नहीं कहना । हम इन दोनों पुस्तकों को ही, जो अभी तक अन्धकार में पड़ी हुई थीं, अपने पाठकों के समक्ष प्रस्तुत करते हैं । पाठक स्वयम् देख लेंगे कि उनका शरीर-शास्त्र का ज्ञान, उनकी लेखन-कला-दक्षता के साथ मिलकर, इन दोनों पुस्तकों में कितना प्रज्वलित

हो उठा है। भाषा की सरलता, छोटे-छोटे वाक्य, और उन वाक्यों में शरीर-शास्त्र के निगूढ़तम तत्त्वों का समावेश “गागर में सागर” भरने की याद दिलाता है।

इन शब्दों के साथ हम शास्त्री जी की, उनके बहुत से प्रेमी पाठकों से छिपी हुई, इस कला के ये दो अलभ्य-ग्रन्थ उनके सामने प्रस्तुत करते हैं।

निवेदक—

—चन्द्रा।

•

— 0 : 0 : 0 —

करते हैं—तब हमें 'पुत्र' के अद्भुत अस्तित्व पर आश्चर्य होता है। पृथ्वी पर मनुष्य सबसे अधिक स्वार्थ का कीड़ा है, परन्तु वह केवल पुत्र के लिये ही सर्वाधिक स्वार्थ त्याग करता है। पुत्र जन्म माता के लिये कम कष्ट का नहीं। परन्तु पुत्र जन्म के हर्ष में वह कष्ट इस भाँति हवा हो जाता है मानों वह एक जादू का काल्पनिक कष्ट हो, माताएं हंसते २ उसे सहती हैं। और बहुत सी प्राण भी देती हैं। जन्म के बाद उनके पालन पोषण में भी दिक्कत और कष्ट का पार नहीं रहता। उन अबोध पुत्रों को आहार दे दे कर पुष्ट करना, उनकी अनथक रात दिन सेवा कर उन्हें तिल २ बढ़ाना, उनके मल मूत्र साफ करना, उन्हें हाथों में लिये रातों को काटना—यह मनुष्य जैसी स्वार्थी और आराम तलब जाति के लिये आश्चर्यजनक स्वार्थ त्याग है। और इसमें तनिक भी सन्देह नहीं कि उसने कभी भी 'पुत्र' को छोड़ कर और किसी के लिए ऐसा स्वार्थ त्याग नहीं किया, न करने की आशा है।

पुत्र बड़ा होता जाता है और माता पिता और भी लगन से अपने आपको भूल कर उसके प्राणों में मिलने लगते हैं। हर समय उनकी आँखें और आत्मा उसी में लीन हुई रहती हैं। मानों उन्होंने अपने शरीर और जीवन का

#####



मोह त्याग दिया है, वे पुत्र के नवीन वृद्धिगत शरीर में सम्मिलित हो गये हैं—वे पुत्र के साथ रोते हँसते मरते और जीते हैं। अधिक युवा होने पर पुत्र का विवाह होता है तब माता अपना सर्वाधिकार पुत्र वधू को और पिता अपना सर्वाधिकार पुत्र को दे देता है। वह दोनों घर द्वार कार बार और सम्पदा के अनायास ही स्वामी बन बैठते हैं। उनके दिये आदर के आस खा कर माता पिता अपने को धन्य समझते हैं। अन्त में वे अपनी उपार्जित समस्त सम्पदा-यश-गौरव मान पुत्र को देकर स्वयं संतोश से जीवन जीजा संवरण करते हैं। क्या पुत्र के सिवा कहीं और भी मनुष्य ने इतना त्याग किया है ?

यह अमीरों की ही बात नहीं। घोर दारिद्र्यावस्था में भी जिनका जीवन कट रहा है, वे भी अपने प्यारे पुत्र के सरल सुन्दर हास्य को देख अपना जीवन धन्य समझते और दारिद्र्य को दारिद्र्य नहीं समझते हैं। एक बार एक दरिद्र माता से किसी ने पूछा था कि तेरी सम्पत्ति कितनी है। तब उसने कहा था—अटूट है। और फिर उसने स्कूल से आते हुए अपने पुत्र को दिखाकर कहा था कि 'वह यह है'।

जिन घरों में विश्व की सम्पदा भरी हो। नौकर चाकर





“जैसे बिना छाया का और गन्धरहित या दुर्गन्धित वृक्ष होता है वैसा ही पुत्रहीन पुरुष है। वह अप्रतिष्ठित है, नग्न है, शून्य है, एकेन्द्रिय है तथा निश्क्रिय है।”

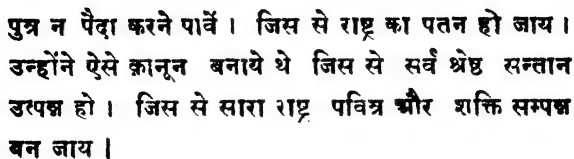
“परन्तु पुत्रवान् व्यक्ति बहुत गुणों और बहुत क्रिया वाला, बहुत व्यूहों वाला, बहुत से नेत्रों और ज्ञान वाला, बहुत सी आत्मा और बहुत सी प्रजा वाला होता है। वह माङ्गल्य है, वह प्रशंसनीय है, वह वीर्यवान् है, वह कुटुम्भी कह कर पूजा जाता है। उसे प्रीति, बल, सुख, वृत्ति, विस्तार, विभव, कुल, यश, आनन्द सभी प्राप्त होते हैं। इसलिये लोग गुणी पुत्र की इच्छा करते हैं।”

पुत्रहीना स्त्रियाँ तिरस्कार और सन्देह से देखी जाती
तथा उनका तिरस्कार किया जाता है ।

प्राचीन उपाख्यानो और पुराणों में पुत्र के लिए बड़े यज्ञ और अनुष्ठान करने के विधान हैं। भारी तपों का भी उल्लेख है।

यह बात बड़े २ वैज्ञानिक स्वीकार करते हैं कि किसी जाति अथवा देश की उन्नति उस जाति अथवा उस देश के लोक समुदाय की व्यक्तिगत उत्तमता पर निर्भर है। अबसे २-३ सौ वर्ष पहिले रोम-रिपब्लिक में भी ऐसे ही क़ानून बनाने का प्रस्ताव पास हुआ था कि अयोग्य स्त्री पुरुष





भारतीय विधान शास्त्रों में विवाह की मर्यादा, कुल गोत्रों की छान बीन इसी आधार पर निर्भर है। वर कन्या के गुण, कर्म, स्वभाव मिलने ही पर विवाह होता था। संस्कार हीन, चरित्रहीन कुल में, क्षत्रिय या कुष्ठ वाले कुलमें, सगोत्रियों में, विवाह नहीं हो सकते थे। अनुकूल पति पत्नी न मिलने पर आजन्म अविवाहित रहने का विधान था।

मेडले ने जो इटली का उत्कृष्ट विद्वान् था। उसने 'अभिजनन' विज्ञान की नींव डाली थी। इसके बाद इंग्लैण्ड के विद्वान् सर फ्रांसिस गाल्टन ने इस सम्बन्ध में बहुत कुछ लिखा। उन्होंने लन्दन यूनिवर्सिटी को ६ लाख ७५ हजार रु० इसलिये दान किया था कि इसी विषय का अन्वेषण करने के लिए एक सुयोग्य प्रोफेसर रखा जाय।

यह बात अब सब समझ गये हैं कि योग्य देश वाले अयोग्य देश वालों के मुँह की रोटियाँ छीन लेंगे। और अपने से दुर्बल देश वालों को कुचल कर अपनी रक्षा करेंगे।







लव्य की वायु में अमृत नहीं रहा ? भारत की भूमि क्या अब वैसे फल, अन्न, नहीं पैदा करती ? गंगा जल में क्या वही जल नहीं रहा ? यह सब तो है ? फिर हम मनुष्य क्यों नहीं रहे ? गुरु बन गया-मान गया-धन गया, बल गया, राज गया, मनुष्यत्व भी गया ? इसका कारण खोजना होगा। हमारी नस्ल क्यों गिर रही है ? पुरुष को पैदा करने की शक्ति हम में से क्यों नष्ट हो गई ? क्या हम मनुष्य ! आदर्श मनुष्य ! संसार का सर्वोच्च मनुष्य पैदा नहीं कर सकते ? अवश्य कर सकते हैं—यदि हम चाहें। दुःख की बात है हमारी रुचि ही इस ओर नहीं है। भारत में ऐसे कितने पिता हैं जिन्होंने सन्तान उत्पन्न करना सीखा है। और कितने ऐसे स्त्री पुरुष हैं जो सन्तान के लिये ही सहवास करते हैं ? अवश्य ही इसके उत्तर में हमें शून्य (०) मिलेगा। यह क्या राम और भीष्म की सन्तान के लिये भयानक बात नहीं है। हमारे पितृ गण हमारी इस पशुता पर हमें जितना आप दें उतनाही थोड़ा है। इस प्राकृतिक नियम की अवहेलना के दण्ड में हमें निर्वश और कीड़े मकोड़ों से भी नीचा हो जाना चाहिये ?



अध्याय दूसरा

पुत्र रत्न कैसे उत्पन्न किया जा सकता है

आज संसार भर में सन्तान निरोधका सिद्धान्त जोर शोर से चल रहा है। परन्तु मेरा यह कहना है कि इसकी अपेक्षा उत्तम सन्तान पैदा करना अच्छा है। क्योंकि उत्तम सन्तान की जितनी ही वृद्धि होगी उतनी ही अधम सन्तान की कमी हो जायगी। जो जाति जितने अधिक सर्वोत्तम पुत्र उत्पन्न कर सकती है वह उतनी ही शीघ्र उन्नति कर सकेगी। इस सम्बन्ध में जर्मनी और फ्राँस के उदाहरण हमारे सन्मुख हैं। जर्मनी ने गत ६० वर्षों से इस बात की भरपूर चेष्टा की है कि वह उत्तम



पुत्र पैदा करे-इसके विरुद्ध फ्रांस ने जनसंख्या को सीमावद्ध करने की चेष्टा की है। अब यह प्रकट है कि जर्मन राष्ट्र और फ्रांस के राष्ट्र में कितना अन्तर है। यद्यपि गत महा-युद्ध में जर्मनी ने भयानक क्षति उठाई है। परन्तु जर्मन राष्ट्र फिर भी एक बार उन्नत होगा इस में तनिक भी सन्देह नहीं।

एक चीनी विद्वान् का कथन है 'कि जो राष्ट्र अधम पुत्र उत्पन्न करेगा, उसे विदेशी राक्षस भक्षण कर जावेंगे' यह बहुत ही सत्य है।

प्राचीन आर्यों ने अपनी सन्तति को उत्कृष्ट बनाने की बहुत ही चेष्टा की थी, उन्होंने इसके लिये बहुत से सामा-जिक वन्धन और धार्मिक नियम बनाये थे। इसीका कारण है कि संसार की अनेक जातियाँ शताब्दियों तक पृथ्वी पर जोर से उठीं और अन्त में नष्ट हुईं। और अब उनके अस्तित्व का पता उनकी कब्रों या पृथ्वी के उदर में छिपे पदार्थों से मिलता है। परन्तु भारत ने अपनी जातीयता को इस प्रबल चक्र में पिसकर भी सुरक्षित रखा।

आधुनिक वैज्ञानिकों ने 'पुत्र' विज्ञान पर जो गम्भीर गवेषणा की है। उसे आज हम भूल गये हैं। उन्होंने जीवन विद्या, नर विद्या, शरीर रचना विद्या, मानस-





शास्त्र, समाज शास्त्र और आचार शास्त्र आदि को एकत्र कर 'पुत्र' विज्ञान की सृष्टि की है ।

यह बात तो हम प्रत्यक्ष देखते हैं कि प्रकृति एक ऐसी अटल सामर्थ्यवान् सत्ता है कि जिसके नियमों का उल्लंघन किसी भी प्राणी के लिये असम्भव है । सूरज, चांद, हवा, प्रकाश, नक्षत्र, आकाश, पंचतत्त्व सभी अपना कार्य अबाध रूप से कर रहे हैं । जो अमोघ शक्ति इन अतर्क्य नियमों के पीछे काम कर रही है । वही ईश्वरीय शक्ति है । इन्हीं दो शक्तियों से प्राकृत और ईश्वरीय ज्ञान प्राप्त करना और उनके आधार पर चलना ही प्राणी के लिये श्रेयस्कर है, खासकर मनुष्य के लिये, जो पृथ्वी का सर्वश्रेष्ठ प्राणी है । और पृथ्वी की सब सम्पदाओं का स्वामी है । ज्यों २ मनुष्य की बुद्धि का विकास होता जाता है—वह इन दुरूह नियमों के भेदों को जानता जाता है । और ज्यों २ ये रहस्य मनुष्य पर प्रकट होते जाते हैं । त्यों २ मनुष्य की विशेषता बढ़ती जाती है । और वह संसार में महत्वपूर्ण और समर्थ व्यक्ति समझा जाता है । मनुष्य जाति की भलाई के लिये इन नियमों का जान लेना बहुत ही लाभदायक है । जो जातियाँ इस भेद से अज्ञात हैं अन्धेरे



में हैं। जिन्होंने इन नियमों को जान लिया है। वे संसार में उन्नत हैं।

पुत्र उत्पादन के लिये माता का गर्भस्थान प्रकृति की एक उत्तम प्रयोगशाला है। बालक रूपी पुतला माता के इसी सांचे में ढाला जाता है। उस के लिये जैसे उत्तम, मध्यम, अधम मसाले का व्यवहार होता है, वैसा ही यह पुतला तैयार होता है। इस निर्माण पर ४ बातों का खास प्रभाव पड़ता है। प्राकृत रहस्य, संस्कार, आत्मशक्ति और शिक्षा।

प्रकृति ने स्त्री और पुरुष को दो विपरीत जीवित शक्तियों से परिपूर्ण बनाया है। पुरुष पुष्ट, साहसी, मज्जबूत, क्रदावर, वालों और ढाढ़ी मूँछों से परिपूर्ण है और स्त्री कोमल, दयालु, लज्जा और भय से परिपूर्ण लोमरहित। एक में प्रदान है। दूसरे में आदान। दोनों एक सम्पूर्ण सत्त्व के आधे २ भाग हैं। इनकी सृष्टि के मध्यम में प्रेम और आनन्द के आदान प्रदान का माध्यम सबसे महत्त्वपूर्ण है। प्रेम और आनन्द का आदान प्रदान ही पुत्रोत्पादन कला की जान है।

प्रकृति असंख्य प्राणिवर्ग की परम्परा को स्थाई रखने के पूर्ण यत्न करती है। एक घटवृक्ष के उत्पन्न करने को



करोड़ों बीज उत्पन्न किये जाते हैं। उनमें एकाध ही बीज का वृक्ष बनता है। एक बार सहवास होने पर ४ करोड़ रेंगने वाले जन्तु वीर्य के साथ बाहर आते हैं, उनमें से एक जन्तु को डिम्ब ग्रहण करके गर्भाशय में पोषित करता है कालान्तर में वही पुत्र बनता है।

मानव जाति के विस्तार और अस्तित्व के लिये प्रेम के भिन्न २ विभाग कर दिये गये हैं। जो मनुष्य की स्थिति विकास में सहायता देते हैं। किन्तु इन सबों से उत्कृष्ट प्रेम तो दम्पति का प्रेम है, वास्तव में यही प्रधान प्रेम है। यह प्रेम स्त्री और पुरुष दोनों की काया पलट देता है। उनके स्वभाव और आचरणों में, जीवन में परिवर्तन कर देता है।

प्रकृति के इस जादू से स्त्री पुरुष कहाँ तक प्रभावित होते हैं, यह यहाँ हमारे वर्णन का विषय नहीं। परन्तु इस में सन्देह नहीं कि पृथ्वी में ऐसा कोई स्वार्थ नहीं। जिसे पुरुष स्त्री के लिये तथा स्त्री पुरुष के लिये न त्याग सके। दम्पति का संगठन इसी प्रेम के आधार पर है जिस का शुभ परिणाम 'पुत्र' है।

यद्यपि एक व्यक्ति से प्रेम होने पर दूसरे से नहीं होना चाहिये। परन्तु यदि हठात् एक व्यक्ति का वियोग हो



जाय तो ? प्रकृति की वंशवृद्धि की धारा रुक जावेगी । इसलिये प्रकृति ने प्रेम की बहुत सी धाराएँ बढ़ा दी हैं । और एक ही व्यक्ति को बहुत सी स्त्रियों व पुरुषों से प्रेम करने की शक्ति भी प्रदान की है ।

सौन्दर्य और गुण इस प्रेम को सिंचन करते हैं। हमारा हृदय प्रकृति के संकेतों से चलायमान हुआ करता है।

हाँ तो वंश वृद्धि कार्य को निर्बाधता से चलाते रहने के लिये, एक के वियुक्त होने पर या मर जाने पर दूसरे से संयुक्त हो जाने के मूल में एक के बदले सैकड़ों व्यक्तियों को प्यार करने की भावना प्राणी को दी गई है। परन्तु मनुष्य मानसिक शक्ति के द्वारा इस प्राकृत चंचलता को संयम में रखता और मर्यादा तथा कर्तव्य के नाते प्रेम भावना को अपनी ही पत्नि या पति में नियुक्त रखता है। और जब २ अनधिकार व्यक्तियों की ओर उसका मन जाता है। वह विवेक से उसे संयमित करता है यही बह रहस्य मय अनंग का बशीकरण खेल है जो युवा युवतियों में व्याप्त है और जिसके मूल में सुन्दर पुत्र का अस्तित्व छिपा है।

आनन्द की ओर मनुष्य स्वयं आकृष्ट होता है। यह उसकी प्रकृति है। फिर वह आनन्द चाहे क्षणिक हो या

२२



उत्कृष्ट गुण वाले हो जाते हैं—उनमें उनके पितामह, पितामही, एवं नाना, नानी, आदि से गुण या अवगुण का चौथाई अंश अवश्य ही आता रहता है। जिससे उस सन्तान पर वही प्रभाव प्रगट हुआ करता है।

सन्तान में माता के गुणों का अधिकांश होता है, अतः यह निश्चय है कि सन्तान माता के गुणों से ही अधिक अलंकृत होती है, पर इससे यह नहीं समझना चाहिये कि पैतृक गुण उसमें आये ही नहीं, किन्तु उनका विशेष आविर्भाव नहीं हुआ। ठीक इस रीति से किसी सन्तान में पैतृक गुणों की, किसी में मातृक गुणों की अधिकता पाई जाती है, एक की प्रधानता में दूसरा गौण हो जाता है।

अतएव यदि संतति का सुधार चाहते हो तो प्राकृतिक नियमों का ज्ञान, तदनुसरण करने या कराते रहने से कई पीढ़ियों के अनन्तर सब दोष नष्ट होकर सद्गुणों ही का प्रादुर्भाव हुआ करेगा। उनके प्रभाव से भावी सन्तान को कष्ट न भोगना पड़ेगा। एवं भारत जनता को पवित्र कर माता का सिर उंचा करना या उसे रसातल के गढे में गिराना, ये दोनों कार्य हमारे हाथ में हैं। अतः बुद्धिमान् मनुष्य स्वयं विचारकर उस मार्ग पर चलें जो श्रेष्ठ स्थान पर पहुंचादे।

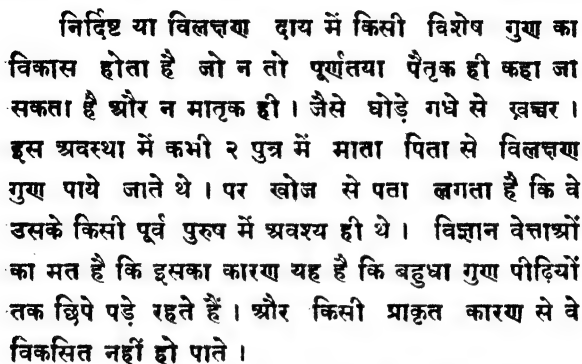




गाल्टन साहेब ने खोज की है कि सामान्यतः बच्चे की शरीर रचना का आधा भाग तो माता पिता दोनों मिलकर पूर्ण करते हैं। बाकी आधा पूर्व पुरुषों से या वंश परंपरा से आता है। जिसका व्यौरा इस प्रकार है—माता पिता से प्राप्त गुण अवगुण का आधा अंश, अर्थात् प्रथक् चौथाई चौथाई अंश, इसी भाँति पितामह, पितामही, माता मह, पितामही इन चारों का चौथाई अंश, या प्रत्येक का सोलहवाँ अंश। इसी प्रकार आगे भी गुण अवगुणों का सिलसिला चलता है। यह इस प्रकार हुआ—

माता पिता से प्राप्त हुआ स्वभाव	$\frac{1}{2}$ अंश
दादा अथवा दादी से प्राप्त स्वभाव	$\frac{1}{4}$ अंश
नाना अथवा नानी ,, ,,	$\frac{1}{8}$ अंश
परदादा और पर दादी ,, ,,	$\frac{1}{16}$ अंश
परनाना और परनानी ,, ,,	$\frac{1}{32}$ अंश





डा० डावेन्पोर्ट ने वंश परंपरा से आने वाले ४१ गुणों की गणना की है। आँख की रंगत, बाल, चमड़ा, कद, वजन, संगीत, चित्रकला, साहित्य, गणित, स्मरणशक्ति, शरीर बल, भाषण, श्रवण, दृष्टि, स्वभाव, नशा, अपराध, रोग, क्षय, मृगी आदि।

लंदन से ऐसी कुछ पुस्तकाएँ प्रकाशित हुई थीं, जिनमें अनेक परिवारों के वंशजों का ब्यौरा दिया गया था। उसमें नकशों के जरिये इस बात को स्पष्ट करने की चेष्टा की गई थी कि गुणों अवगुणों, तथा रोग आदि से वंश परंपरा का कितना घनिष्ठ सम्बन्ध है। और ये गुण दोष पीढ़ी दर पीढ़ी चक्कर भी नष्ट नहीं होते। इससे





यह प्रमाणित होता है कि सन्तान माता से ही नहीं प्रस्युत् उस बीज से उत्पन्न होती है, जिसमें पूर्व वंश-धरों का भी भाग रहता है ।

मनु ने और अन्य आचारशास्त्रियों ने माता के असण्ण्ड और पिता के अगोत्र कुल में व्याहने का विधान किया है । तथा कुल, गोत्र, प्रवर, शाखा, आदि सात बातों का विभक्तीकरण है । और विवाह शादियों में इन सब बातों को जो देखने भालने का विवेचन किया गया है । विधान शास्त्रों में लिखा है—

जो स्त्री माता की ६ पीढ़ी और पिता के गोत्र की न हो वही विद्वानों के लिए विवाह ने योग्य है । आगे दश कुल बताये हैं जिनमें विवाह नहीं करना चाहिए— वे ये हैं—

- १—जिस कुल में उत्तम क्रिया न हो ।
- २—जिस कुल में कोई उत्तम पुरुष न हो ।
- ३—जिस कुल में कोई विद्वान् न हो ।
- ४—जिस कुल में शरीर पर बड़े २ लोम हों ।
- ५—जिस कुल में बवासीर का रोग हो ।
- ६—जिस कुल में क्षय (यक्ष्मा) विक्र का रोग हो ।





- १-सुन्दर नामवाली, जैसे-मधुश्रवा, यशोदा, सौभाग्यवती ।
- २-हंस और हाथी के समान धीरे और सलज्ज चलनेवाली ।
- ३-सूक्ष्म लोम, सूक्ष्म केश, सूक्ष्म दाँत वाली ।
- ४ मधुर भाषण और मृदु अंग वाली ।
- ५-जो पिता के गोत्र तथा माता की पीढ़ी में न हो ।

संसार में केवल मनुष्य ही ऐसा प्राणी है जो हर समय कुछ न कुछ विचारा करता है । उसके छोटे से छोटे और बड़े से बड़े कार्यों का मूल विचार ही है । प्रथम मन की शक्ति चलायमान होती है फिर दूसरे अंग इस शक्ति की आज्ञा पर कार्य करते हैं । इस शक्ति की सहायता के बिना कुछ नहीं हो सकता ।

इन विचारों का कम्पन आकाश में आन्दोलन उत्पन्न करता है । जैसे तालाब में एक छोटा सा कंकड़ फेंक देने से उसमें एक लहर उत्पन्न होती है उसी प्रकार विचार की लहर समस्त वातावरण में कम्पन उत्पन्न कर देती है ।

‘ईथर’ एक तत्व है जो आकाश के स्थानापन्न है । इसमें और वायु मण्डल में एक सैडिक में ५० हजार तक कम्पन उत्पन्न हो सकते हैं । जिन में ४।५ हजार तक की संख्या को मनुष्य सुन सकता है । ईथर के परमाणु इतने सूक्ष्म हैं कि सोने जैसे घन द्रव्य के एक परमाणु में ईथर





आवश्यकता के अनुसार विकसित हुआ तथा बना है। उनके किसी अंग या अवयव का विकसित होना या लोप हो जाना उनकी मनः शक्ति पर निर्भर है। सिंह की विकराल मूर्ति उसके उग्र स्वभाव के कारण और गौ की शान्त मूर्ति उसके शान्त जीवन के कारण है। एक जानवर जो पालतू है उसमें और उसी जाति के जंगली जानवर में बहुत अन्तर होता है। पालतू जानवरों का स्वभाव शान्त और जंगलियों का उग्र होता है। अनेक रेंगने वाले जीवों ने सैकड़ों हजारों वर्ष तक पैरों की इच्छा उत्पन्न करके वैंर पैदा कर लिये, मछलियों ने पर उत्पन्न कर लिये, कीड़ों ने भाँति २ के रंग और रूप उत्पन्न कर लिये। लता और पुष्पों में भी विचित्र वर्णन हो गये। यह सब मानसिक शक्ति का प्रभाव है।

इन बातों से आप समझ सकते हैं कि मानसिक शक्ति बच्चे के विकास में कितनी सहायक है। वीरबर नेपोलियन जब गर्भ में था तब उसकी माता ने पूटार्क सचेत वीर पुरुषों के जीवन पढ़े थे। वह तेज घोड़े पर सवारी किया करती थी। और अपने पति के आधीन सैनिकों पर रानी की भाँति हुक्म चलाया करती थी। उस मानसिक शक्ति





का विकास ही था कि उसे नेपौलियन जैसा वीर पुत्र प्राप्त हुआ ।

‘चार्ल्स, और ‘किंगसले, जब गर्भ में थे तब उनकी माताओं ने अपना मन वैराग्य की ओर फेरा था । और वह विरक्त की भाँति नगर का जीवन छोड़ ग्राम में रहती थी । और सृष्टि सौन्दर्य में मन लगाती थी । यह काम उसने अपने गर्भस्थ शिशु पर प्रभाव डालने के लिये जान बूझ कर किया था । फल स्वरूप किंगसले महान् धर्माध्यक्ष और सृष्टि सौन्दर्य पर प्रबल लेखक हुआ ।

श्री कृष्ण और रुक्मिणी के प्रेम का ही यह फल था कि उनके पुत्र प्रद्युम्न और कृष्ण में बाल बराबर भी अन्तर न था । वे इस प्रकार कृष्ण से मिलते थे कि स्वयं कृष्ण को भी सन्देह होने लगा था कि क्या यह मैं ही हूँ । कृष्ण का रूप ही नहीं गुण भी पूर्णतया प्रद्युम्न में थे ।

एक अमेरिकन दम्पति ने एक सुन्दर बालक का चित्र खरीदा और जब स्त्री गर्भ वती हुई वह बहुधा उसे देखा करती थी । बालक उसी की आकृति पर हुआ ।

एक अंग्रेज़ एक हवशी स्त्री से प्रेम करता था । वह स्त्री मर गई तब उसने गोरी स्त्री से विवाह किया । उससे जो पुत्र उत्पन्न हुआ, वह हवशी स्त्री के समान था । इसका



—:●:—

❀❀❀

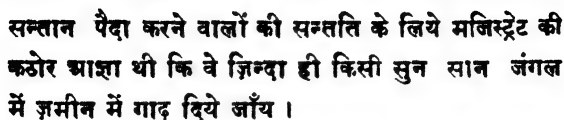


तस्वीर बन जाते हैं। क्या मनुष्य के ही भाग्य फूटने को थे ? क्या यह अपमान—तिरस्कार और कड़वे जीवन का शाप मनुष्य के बच्चों पर ही पड़ने को था। मेरी छाती जल जाती है—मैं बेचैन हो जाता हूँ।

एक दिन मेरे पूज्य पिता जी कहने लगे—म जाने संसार किस तरफ जा रहा है। और इसका क्या होना है। प्रत्येक पीढ़ी की नस्ल गिर रही है। अब से ५०-६० वर्ष प्रथम ही प्रत्येक पुरुष पूरा कढ़ावर, पुष्ट, निरोग और परिश्रमी था। प्रत्येक के चार चार, छः छः लकड़ के समान बेटे होते थे। कोई निपूता नहीं था, एक जवान जब लकड़ी पकड़ता था, तब पचासों की मण्डली को भारी हो जाता था। दिन पर दिन लोग बिना सन्तान के हो रहे हैं। सन्तान होती भी हैं। तो मरी, गिरी, रोगी, दुर्बल, अपाहिज, और वेदम,—उन्हें वे स्कूल के मुर्गीखाने में पिटने और गालियाँ खाने को भेज देते हैं। बेचारे फूल से बच्चे आँसू पीते हैं, गम खाते हैं, थर थर काँप कर दिन काटते हैं। ऐसी भी क्या आफत है, यह पढ़ाई क्या कुल का उद्धार करेगी, हमने तो इसमें वही मसल देखी कि—“सारी रात रोए एक ही मरा।”

अनेकों बार अपने बचपन मैंने पिता जी की जवानी







मन माने दंग से कांट छाँट कर उसके जीवन को अपनी गुलामी के उपयुक्त बना लेते हैं—क्या यह अत्याचार-घोर अत्याचार नहीं है ?

इसका परिणाम यह हुआ कि हमारे देश की बहुत बड़ी संख्या भी संसार के सामने मूल्यवान् साबित नहीं हुई। जर्मनी के ६ करोड़—इंग्लैण्ड के ४ करोड़—और फ्रांस के ५ करोड़ मनुष्यों का जितना मूल्य है, उतना एक ओर रहा, उससे पच्चीसवाँ हिस्सा भी मूल्य हमारे ३४।१ करोड़ मनुष्यों का नहीं है। हम बिल्कुल निकम्मे-बोदे-पोच-कायर और पाजी बच्चे पैदा कर रहे हैं, जो संसार के बाज़ार में निहायत निकृष्ट दर पर बिकते हैं और अब तो किसी भाव भी कोई नहीं खरीदता ! कैसे खेद की बात है कि जिनके पूर्वजों के पादस्पर्श को संसार सौभाग्य समझता था उनकी सन्तान को कोई किसी भाव भी नहीं खरीदता ! पर इसमें दोष हमारा ही है; क्योंकि हर एक वस्तु को मूल्य तीन बातों पर निर्भर है—१ उपयोगिता, २ टिकाऊपन और ३ सुन्दरता। एक घड़ी आप खरीदिये, वह वक्रत देने में, सच्चेपन में, सुन्दरता में और टिकाऊपन में जितनी अच्छी होगी उतनी ही अधिक मूल्य में मिलेगी। अब हमें यह देखना है कि हमारे बच्चे इस कसौटी पर कैसे उतरते हैं।





पहले उपयोगिता को लीजियेगा—प्रत्येक महकमे में चाहे वह शारीरिक बल सम्बन्धी हो चाहे मानसिक; भारतवासी को संसार में निकृष्ट स्थान मिलता है और यदि कोई उत्तम स्थान दे भी दिया जाता है तो वह सदा उसकी मर्यादा का कुत्सित प्रयोग करता रहता है। मैं कुछ इने गिने सज्जनों की बात नहीं कहता, जो वास्तव में उच्चाशय होते हैं—अभिप्राय सरसरी नज़र से है। माननीय मेकलियाड के अनुसार अमेरिका का एक श्रमी ५ टन, इंग्लैण्ड का ३॥ टन, भारत का सिर्फ ॥ टन कोयला प्रति दिन खोद सकता है। अर्थात् एक अमेरिकिन् श्रमी दश भारतीयों के बराबर शरीर परिश्रम में उपयोगी है। इस लेख में चाहे जो अत्युक्ति हो—पर हम इसके मूल में सच्चाई अवश्य पाते हैं और उसके कारण प्रत्यक्ष हैं। सब प्रकार के शारीरिक और मानसिक बलों के लिये जातीयता, पुष्टि कर उत्तम भोजन, अच्छे स्वच्छ मकान, लाभ की आशा—निश्चिन्त मन और स्वतन्त्रता की आवश्यकता है—जो भारत के बच्चों से कोसों दूर है। जिन अभागों को सात पुश्त से सदा अन्न खाते खाते—कुत्तों और सूअरों से से भी निकृष्ट स्थिति में रहते रहते—मलेरिया-तिप्पी-क्षय-और रवास के रोग पैत्रिक सम्पत्ति के रूप में भाल पट्ट पर लिख



पड़े, जिन में प्रायः २ करोड़ ६० लाख महा प्राण स्वाहा हो गये !!! इनमें से केवल पिछले १० वर्षों में ही १ करोड़ ६० लाख भारतीय भाई हाय अन्न ! हाय अन्न !! करते करते छटपटा कर मर गये !!! और इन की अन्तेष्टी क्रिया जंगली कुत्तों और सियारों ने की ! जो भूमि शस्य श्यामला कहाती है, माता अन्नपूर्णा जहाँ संसार को भीख देती हैं—उसी देश की यह कहानी है ! प्रकृति ने इस देश को इतना दिया है कि वे पदार्थ केवल इसे ही काफ़ी नहीं, सारे संसार को सुविधा से भेजे जा सकते हैं, पर कब ? जब हम अपनी उपयोगिता बढ़ावें और कुर्की, बैरिष्ठो और बाबूगिरी को ज़ात मारकर, गुलामी पर थूक कर स्वतन्त्र उद्योग धन्धों में योग दें ।

उपयोगिता की कहानी सुना दी गई अब टिकाऊपन को देख लीजिये ।

पौष्टिक शुद्ध सात्विक भोजन का अभाव, जन्म से मृत्यु तक बनी रहने वाली दुश्चिन्ता—रहने के स्थानों में स्वच्छता की बड़ी भारी कमी, और संसार में सुखी रहने की योग्यता का अभाव-मूर्खता पूर्ण अनेकों कुरीतियाँ, गबबड़, निराश जीवन—इन सब ने मिल कर हमारे जीवन की रस्सी को खोखला कर दिया है। अकाल और रोग और

55



दूसरे अनेकों उपायों से हम मृत्यु के निकट पहुँच रहे हैं—
अकाल से मृत्यु के रोमांचकारी दृश्य आप देख आये हैं।
अब रोग से मृत्यु संख्या देखिये —

सन् १८६६ से १९०८ तक कुल दश वर्षों के बीच में
इस प्रकार मृत्यु हुई—

पुरुष	३६६३८६५४	ज्वर से	४४६६६३५०
स्त्री	३७३४६५११	हैजे से	३८०७२६५
कुल	७४९८५१६५	प्लेग से	५०१६४४३

१९०८ ई० में जो सारे संसार से भारत की मृत्यु-
संख्या का मुक़ाबिला किया गया था वह यह था—

आस्ट्रेलिया	फ्री हज़ार	६.३
स्वीडन		१३.७
जर्मनी		१८.१
इंग्लैण्ड		१४.=
अमेरिका		१५.३
डेन्मार्क		१३.१

और भारतवर्ष में सुनिये—

बंगाल	६४.२५
संयुक्त प्रान्त	११४.४३
पंजाब	१२१.४३





मध्यदेश ३८.१२

बम्बई ३८.२६

मद्रास ७०.८

कहिये, इस मुसीबत का भी कुछ ठिकाना है ? विखियम डिंगी साहिब का कथन है कि—

“भारतवासी रोगी ही पैदा होते हैं, और रोग से ही जानवड़ों की तरह मर जाते हैं...”

आप कहेंगे—मरते तो सभी हैं—पर हमारा कथन तो यह है कि समय पर मरना किसी को नहीं अखरता, पर जब करने की उम्र होती है तभी हम मर जाते हैं। अंग्रेजों की आयु की औसत ४० वर्ष है और हमारी २६ वर्ष ! इसका मूल्य देखिये—

जगत्प्रसिद्ध विवेकानन्द की मृत्यु ३६ वर्ष की अवस्था में हुई। श्रीयुक्त दीनबन्धु मिश्र की ४२ वर्ष में, कृष्ण स्वामी अईयर की ४६ वर्ष की अवस्था में। स्वामीराम तीर्थ की ४१ वर्ष की आयु में, इसी प्रकार धार्मिक राजनैतिक अनेक नेता विद्वान् गणों की मृत्यु अल्प काल में हुई है। डारविन ने अपनी प्रसिद्ध 'विकासवाद' की पुस्तक को ५२ वर्ष की उम्र में लिखा था। जार्ज केम्ब्रिज साइन्स का अन्वेषण ७८ वर्ष की उम्र तक करते

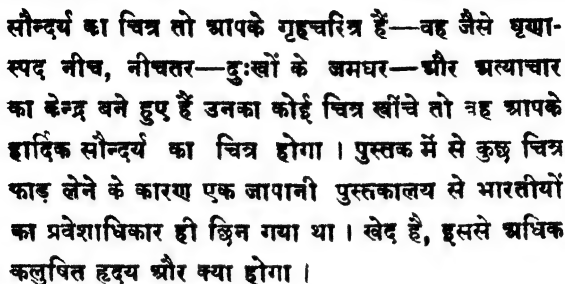


रहे। सर विलियम कुक्स की आयु ७७ वर्ष की हुई, प्रसिद्ध अमेरिकन आविष्कारक एडिसन की अवस्था ८२ वर्ष की हुई। संसार के महापुरुष जिस उम्र में उत्तम कार्य कर सकने योग्य प्रतिभा और अनुभव प्राप्त कर सकते हैं उस समय तक हमारे देश के महापुरुषों की हड्डियां भी गल सब कर मिट्टी हो जाती हैं। शोक !

हसरत उन गुश्चों पे है जो बिन खिले मुरझा गये ॥

अब लगे हाथों—अपने सौन्दर्य का भी दिग्दर्शन कर लीजिये । सौन्दर्य ३ प्रकार का होता है—शरीर का, आत्मा का, और हृदय का । शरीर के सौन्दर्य का तो पूँछना ही क्या है—सारे संसार में इस सौन्दर्य को काले कुत्ते का खिताब मिला हुआ है ! रहा आत्मा का सौन्दर्य—जो आस्तिकता, दृढ़ता और आत्मा की पवित्रता द्वारा आज्ञाया जाता है; सो जिस देश में असंख्य मत हों, असंख्य देवता पूजे जाते हों—और किसी पर भरोसा न हो, अपने पहाड़ से पाप को यत्न से छिपा लिया जाय और भाई की राईसी भूल के बदले धक्का देकर शत्रु बनाया जाय, बन्धुत्व—और सहृदयता—सहानुभूति के बदले जहाँ मजूरी माँगी जाय, वहाँ आत्मा के सौन्दर्य की तारीफ़ न करना ही अच्छा है । और हृदय के

43



अब आप ही कहिये कि आपके बच्चों की क्या कीमत हो सकती है ? और वे कैसे संसार में प्रतिष्ठा प्राप्त कर सकते हैं ।

बच्चे क्या खायेंगे—कैसे पलेंगे—किस भाँति शिक्षित होंगे—इस पर कभी हम विचार नहीं करते, जैसी लापरवाही से विवाह करते हैं वैसी ही लापरवाही से बच्चे पैदा करते हैं—साफ़ तो यों है कि लोग व्यभिचार के लिये स्त्रियों के पास जाते हैं, बच्चे अपने आपही ज़बर्दस्ती उत्पन्न हो जाते हैं; वे बच्चे पुष्ट-सुन्दर-उच्च कैसे बन सकते हैं। लोग समझते हैं कि उनकी आमद कम है—अधिक सन्तान को वे शिक्षित नहीं कर सकते—पर संयम का अभाव होने से वे अपनी कामलिप्सा में लगे रहते हैं—फलतः बेढब बढ़वार बढ़ रही है।



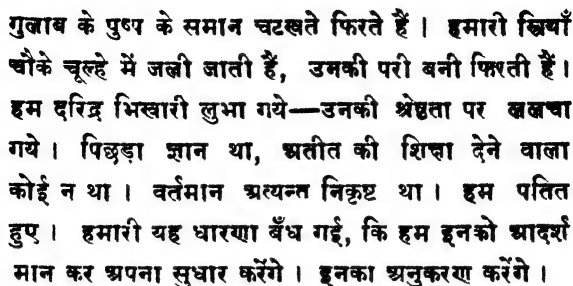


भारत में दूध की कमी है और वह दिन दिन बढ़ती ही जा रही है। देश में कुल ४ करोड़ गाय भेंस हैं जो ६ महीने दूध देती हैं, इस प्रकार दो करोड़ पशुओं के दूध पर ३४॥ करोड़ भारत वासी गुज़र करते हैं। औसत निका-लने से १५ आदमियों को गुज़ारा १ गाय के दूध से होता है—जब दूध का ऐसा अभाव है तो दूध पर ही जीने वाले बच्चे कैसे जी सकते हैं ?

इसका फल यह है कि १ वर्ष की आयु तक के बच्चे फ्री हजार ३३३ मर जाते हैं—अर्थात् हर ३ बच्चों में १ मर जाता है। कुल मिला कर प्रति वर्ष २८ लाख बच्चों की मृत्यु होती है ! और यह संख्या दिन दिन बढ़ रही है।

भारत गर्म या मोतदिल देश है—जो वैज्ञानिक रीति से बच्चों के लिये हितकर होना चाहिये। और वहाँ की स्त्रियों को यूरोप की स्त्रियों की तरह कल कारखानों में भी काम नहीं करना पड़ता—केवल बच्चों का पालन भार ही रहता है। हमारे बच्चे दाई नहीं पालतीं, स्वयं मातायें ही पालती हैं—तब भी ३ बच्चों में १ मर जाता है—और इंग्लैण्ड में जहाँ बहुत ठण्ड पड़ती है—माताओं को दिन भर महनत मजूरी करनी पड़ती है—जहाँ अकसर किराये





हमने पतलून बनवाई, कोट कॉलर-नेकटाई तैयार कराये और घोर गर्मी का कष्ट सहकर भी सबके सब पहनने शुरू किये। हमारे बच्चों ने अंग्रेजी खिलौनों से मन बहलाया। अंग्रेजी काट के कपड़े उनके काले, दुर्बल और रोगी शरीर पर बहार दिखाते लगे। हमारी स्त्रियों ने बूट पहना, अंग्रेजी ढङ्ग की कुर्ती पर साड़ी चढ़ाई, घर में मेज़ कुर्सी जम गई। बूट पर पालिश करने के द्रुश और शीशी सजाये गये। धीरे २ हम काले अंग्रेज़ बनने लगे। मोर के पङ्ख खोस कर कौवा जैसे मोर बनता है। ये हमारे दुर्दिन थे।

कोई ऐसा न था कि हमें आत्मबोध करावे । अंग्रेजी बोलना बड़प्पन की और गर्व की बात समझी जाने लगी । अंग्रेजों की नौकरी आदर की बात समझी जाने लगी ।





दिल्ली में प्रख्यात कवि गालिब रहते थे। प्रारब्धवश ये महापुरुष अत्यन्त गरीब थे। बादशाह के उस्ताद जौक से इनकी एक कविता पर खटपट हो गई थी। इस से बादशाह की नज़र इन पर नहीं थी। गरीब होने पर भी मन में बड़ा तेज़ बनाये रखते थे। जब दिल्ली में मिशन कालेज़ खुला और उसमें फ़र्सी के प्रोफ़ेसर की आवश्यकता पड़ी, तब मिर्ज़ा साहेब की—तरफ़ सब का ध्यान गया। इनसे प्रार्थना की गई। और इन्होंने स्वीकार भी किया। पहिले दिन ये तामनाम में बैठ कर गये। कालिज के द्वार पर जाकर ख़परासी की मारुत साहब से सूचना कराई। साहब ने जवाब भेजा—भीतर चले आइये। साहब मिर्ज़ा के पूर्व परिचित थे। बोले—क्या साहब हमारे इस्तक़्बाल को दर्वाज़े तक न आवेंगे? यदि न आवेंगे तो हम कभी भीतर न आवेंगे। साहब आये और हाथ मिलाया। पीछे हंसकर बोले—मिर्ज़ा साहब! हमारी आपकी दोस्ती की बात अलग है; नौकरी की अलग है। पहले जब आप आते थे बतौर दोस्ती के आते थे। अब आप कालिज के नौकर हुए बेतक़लुफ़ चले आया कीजिये—मुझे इत्तला करने की क्या जरूरत है; मिर्ज़ा ने कहा—सरकारी नौकरी को मैं इज़्ज़त





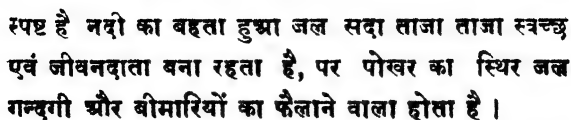
वंश गौरव रहता—हम कितने पिटे, कितने लुटे, कितने क्रैद रहे, कितने अपमानित रहे??

उस दिन हमारे पास कुछ न था, हमें जैसा बताया गया था, हम वैसे ही हो गये थे। और हमें यह भी न मालूम था कि हम कैसों की सन्तान हैं—सो हम पूरे गुलाम होकर गुलामी की पूरी तैयारी कर चुके थे।

मनुष्य समाज के लिए शिक्षा प्राकृतिक दृष्टि के अनुसार अनिवार्य होनी चाहिए। क्योंकि वह जीवन का स्वाद्य है। शिक्षा के अनुसार ही देश की राजनैतिक अवस्था में, और देश की सभ्यता में उन्नति या अवनति होती है। यदि किसी जाति की शिक्षा देश काल के अनुसार वर्तमान जीवन संग्राम में खड़े करने योग्य नहीं है—तो उनसे शिक्षित हुए व्यक्ति जीवन संग्राम के भयङ्कर युद्ध में कभी विजयी नहीं हो सकते।

संसार परिवर्तनशील है, अब से १००० वर्ष प्रथम हमारे देश की जैसी आवश्यकताएँ थीं, उनमें अब में अन्तर पड़ गया है। देश की अवस्था जैसी तब थी अब वैसी अब नहीं है, इसलिये शिक्षा प्रणाली भी नये नये आविष्कारों से विभूषित, नई नई आवश्यकताओं को पूरा करने वाली, तथा जीवनप्रद होनी चाहिये। उदाहरण





जैसा कि ऊपर कहा गया है—शिक्षा जीवन का खाद्य है, इसलिये शिक्षा ऐसी होनी चाहिये, जिससे हमारे नित्य के जीवन का घनिष्ठ सम्बन्ध हो ।

यह सत्य है कि गवर्नमेण्ट के प्रयत्न से शिक्षा की दिन दिन वृद्धि हो रही है पर खेद की बात यही है कि उस शिक्षा से हमारे जीवन का रासायनिक सम्मिश्रण नहीं होता। शिक्षा की पद्धति-शैली-विषय और प्रकार विदेशी होने से, भाव पराये होने से-वह ज्यों ज्यों हम अधिक शिक्षित होते हैं त्यों त्यों हमें जीवन से दूर ले जा रहा है। सभ्यता के लिबास की तरह-हमारी शिक्षा हमारे कोट पैन्टों के पाकेट में रखी रहती है-ज्यों ही हम आफिसों से लौट कर घर आते हैं, कपड़ों के साथ उसे भी उतार कर खुट्टी पर टाँग देते हैं। हम चाहें वकील हों या बैरिस्टर, जज हों या और आला अफसर-आफिस के सिवा हमारा जीवन निरा गंवार जैसा बीतता है-हम अपनी विद्या को अपने स्त्री बच्चों के साथ मन को प्रफुल्लित करने के काम में नहीं ला सकते।





शिक्षा मन का भूषण है, अथवा मन के निवास का आश्रम है; हम मन के उस आश्रम को आवश्यकता [?] के फेर में पड़ कर अत्यन्त संकुचित कर डालते हैं ।

हमारा शरीर ३॥ हाथ का है—और ३॥ हाथ के ही मकान में वह आ सकता है—पर उस में तुरन्त दम छोड़ कर मर जाना पड़ेगा । साढ़े तीन हाथ के शरीर को घूमने फिरने योग्य—खुलासा मकान 'आवश्यक' है; उसी प्रकार मन और मस्तिष्क को इतनी विस्तृत शिक्षा की आवश्यकता है कि जिस में वे स्वच्छन्दता से विचार सकें । केवल आवश्यक शिक्षा के फेर में मन को क़ैद करके सड़ा डालना बड़ा ही भयानक है ।

यह बूढ़ा भारत वह देश है जहाँ प्रत्येक विषय कवित्व द्वारा प्रकट किये गये हैं—जहाँ विज्ञान और योग—सूत्र बद्ध हैं—और कर्म काण्ड की पद्धति अखण्ड है—जहाँ की कल्पना पर संसार को हसद हो रहा है—वही देश है जहाँ के उच्च डिग्री धारी पुरुष नक्रल और अनुवाद को छोड़ कर स्वतन्त्र रचना नहीं कर सकते; उनका भाव—विषय बिल्कुल पराया होने पर आवेश का उदय नहीं होता । इंग्लैण्ड एक ठण्डा प्रदेश है—वहाँ का कोई कवि मई मास में ग्रीष्म सौन्दर्य का वर्णन कर रहा है—क्योंकि वहाँ मई





में बसन्त का मज़ा आता है—पर उस कविता को एक भारतीय विद्यार्थी मई मास में पसीनों से तर—और लुओं से झुलस कर पड़ता हुआ वह आनन्द नहीं प्राप्त कर सकता, उसे भावावेश बिल्कुल नहीं होता—उसे कुछ स्फूर्ति—या मनोरंजन नहीं होता—वह केवल—परीक्षा में पास होने के भय से [?] घोट घाट कर मटर के टिकड़ों की तरह उसे गले से उतारता है—आप ही कहें ऐसी निरानन्द-मयी कविता को पढ़ कर क्या धूल विकासबुद्धि का उदय होगा ? जिस देश में अब कृक पैदा होते हैं—जो केवल निरन्तर नौ घंटे गोरे प्रभु के चरणों में स्टूल पर बैठ-कर डेस्क पर झुके हुये—भख मारा करते हैं । क्या ये ही शिक्षित हैं ? अदालतों के मुन्शो—मुहरिर—पेशकार—डिप्टी—तहसीलदार कितना अस्याचार और बेईमानी करते हैं—इसे भुक्त भोगी ही जानते हैं । पुलिस वालों की तो बात ही निराली है—यूनीवर्सिटियों के पदवी—धर—क्रानूनी शरीफ पेशा लोग—लोगों के अधिकारों की रक्षा करने के बदले—उनका सर्वस्व लूटते हैं—वेश्याओं की तरह धन के लिये अपने तन और आत्मा को बेचना ही इन की खूटी है ?

इस पवित्र खूटी शब्द का अर्थ अगर भारत के





शिक्षित समझते होते तो वे भी जापान की तरह ५० ही वर्षों में कुछ का कुछ हो जाते ।

पर जो गुलामी के लिये पढ़ते हैं—नौकरी में जिनका सम्मान है—वे अभागे इससे अधिक ध्यूटी का क्या अर्थ समझ सकते हैं ?

शेक्सपियर के नाटक और बैरन की कविता पढ़कर उनकी आँखों में ऐसा सुरमा लग जाता है कि वे काली आँखों के स्थान पर नीली आँखों और काले केशों के स्थान पर भूरे बालों को सुन्दर देखने लगते हैं, उनके हृदय में नायिका की एक अद्भुत प्रतिमा अंकित हो जाती है । उनके मस्तिष्क में और ही प्रकार का गृहचरित्र खचित हो जाता है । प्यास उनको वैसी उत्पन्न हो जाती है, पर मिलती है उनको भोजी भाली गाँव की सरला मुग्धा बालिका, परिणाम यह होता है कि बाबू साहिब के मन से ही उनकी नवेली उतर जाती है ! ऐसे कितने ही गृहस्थ हैं, जो इस राक्षसी शिक्षा के कारण कटु बने हुए हैं ।

सारांश यह है कि हमारे जीवन का खेत जहाँ लहलहाता है, उसके अंकुर जहाँ उगते हैं, उससे बहुत दूर शिक्षा का मेह बरस रहा है । हमारे जीवन और शिक्षा के





बीच में कोष और व्याकरण का पुल होता है उसी पर हो कर हमें गुज़रना पड़ता है ।

सारे संसार की सभ्य जातियाँ अपनी भाषा रखती हैं और उसी के द्वारा वे सब कुछ सीखती सिखाती हैं, पर हमारा दुर्भाग्य देखो, कि हम उसके ब्रिये भी पराये मोह-ताज हैं । एक बंगाली और पंजाबी परस्पर भाई होने के कारण एक दूसरे से हृदय मिलाना चाहते हैं, पर उन के भावों को समझाने के ब्रिये ७ हजार मील से परायी ज़बान आती है ? और हमारी मातृ भाषा गली कूचों में टकराती फिरती है । इसका कुफल प्रत्यक्ष हो गया कि हमारी जातीयता धीरे २ नष्ट हो रही है, धर्म, विश्वास, शिथिल पड़ रहे हैं, जिन सामाजिक बन्धनों की बदौलत हजारों वर्ष से हम जिन्दा रहते आये हैं, उनकी जड़ में कीड़ा लग गया है, आज हम हिन्दू कहाते हैं, पर हिन्दुत्व का कोई चिन्ह हम में नहीं है । पराई भाषा, पराया वेष, पराया जीवन, पराया हृदय, पराया मस्तिष्क, सब कुछ पराया है । जिस शिक्षा में सूझ नहीं, जो बुद्धि के विकास में सहायता नहीं देती और जिसमें संकट दूर करने का उपाय ढूँढ निकालने का बल नहीं, वह शिक्षा नहीं—कुशिक्षा है ।





एफ० ए० तक की शिक्षा इतनी है जिस में उन्हें अंग्रेजी भाषा के भावों को किसी तरह समझने की योग्यता आ जाती है। करीब १२ वर्ष के पूरे परिश्रम से बच्चा यहाँ तक पहुँचता है। परन्तु यहाँ तक पहुँचते २ उसकी विचार और भावना की शक्ति कुछ भी काम न आने के कारण मुरझा जाती है। उसका विकास नष्ट हो जाता है, विदेशी पुस्तकों की भाषा यदि वह बल-पूर्वक रट २ कर सीख भी ले तो भी भाव उसकी समझ में नहीं आ सकते।

बी० इ० की श्रेणी में आकर एक दम भावना की जरूरत होती है, पर अब तक अविकसित रह कर जो भावना मुरझा गई थी वह अब कहाँ से आवेगी। निदान वह अभागा वहाँ भी नोट याद करके ही लेखकों का मत-लब समझता है।

माता-पिता के साथ सहकुटुम्ब बनकर रहना तो एक प्रकार से उन्हें असह्य हो जाता है। भीतरी जीवन में ही आग लगे यही नहीं, उनका बाहरी जीवन उस से भी अधिक सन्तप्त हो जाता है।

जब वे एम० ए०, बी० ए० में दर्शन, न्याय, कविता, तर्क, साइन्स के महत्व पूर्ण, सबक पढ़ा करते हैं, तब वे



अपने गंवार बाप, भाई, अबोसी, पबोसी को तुच्छ दृष्टि से देखा करते हैं। उन्हें मूर्ख समझते हैं—उन पर दया दिखाते हैं। धरती पर पैर नहीं रखते, अपने को अपने गरीब और मूर्ख देश से चार अँगुल ऊँचा समझते हैं। पर जब पूरी किताबों को निगल कर, पास हो कर बाहिर आते हैं। और सर्टिफिकेट के बगडलों को दबाकर साहबों के दफ्तरों में मक्खी की तरह भिनभिनाते गुलामी ढँढते फिरते हैं। और वहाँ या तो जगह नहीं मिलती या मिली तो फटकार, गाली, जुमाने और डिस मिस के चपेट खाकर साल भर ही में ढीले हो जाते हैं। वे देखते हैं कि वे कविवर, वे तर्क, वे साइन्स के सिद्धान्त कुछ भी काम नहीं आ रहे हैं। वह जगत् भर का भूगोल पढ़कर भूल भी गये, किसी काम न आया। अन्ततः वे अब अपनी योग्यता पर भरोसा न करके खुशामद पर वसर करते हैं। और इसी के आसरे पर पतित जीवन को काटते हैं।

ऐसे पुरुष पुत्रवान् होंगे ? ये लोग धनवान् होंगे ?
बुढ़ापे तक जी सकेंगे ? झूठ बात है कोई भी देश ऐसे
बेगैरत, अयोग्य, खुशामदी, और पेदू जवानों से अच्छी
आशा नहीं कर सकता है ।

६८



एक बार मैंने छोटी बच्ची को अन्धेरे में बिल्ली की आँख चमकती देख कर यह कहते सुना—अम्मा देख, बिल्ली के सिर में दो तारे हैं। एक बालक ने बड़े २ बादलों को देखकर कहा था, देखो देखो ? यह बैल है। उस की आकृति सचमुच बैल जैसी थी। एक छोटी लड़की ने अपने पिता से खेतों पर ओस की बूंद देखकर कहा था हाय ? हाय ? बिचारे रात भर रोये हैं। मैं यह पूछता हूँ—यह कल्पना, यह उपमा, यह अलंकार क्या साधारण है ! यह विकाश का बीज क्या इन बच्चों की प्रतिभा का द्योतक नहीं है। पर आप क्या समझते हैं, वह कन्या गार्गी और उभय भारती बनकर आर्य रमणियों का गौरव बढ़ायेंगी। और ये बालक क्या बड़े होकर व्यास, वाल्मीकी और कालीदास बनेंगे।

नहीं ? वह कन्या किसी दरिद्र, गुलाम, शिक्षित
 झुर्क की जोरु बनकर शीत ठण्ड में झूठे वर्तन माँजती
 होगी और वह बच्चा किसी आफिस में अफसर की ठोकरों
 में झुर्क की कुर्सी पर बैठ, मेज पर झुके हुए कागज़ों का
 मुँह काला कर रहा होगा ।

भारत की सन्तान पैदा होते ही क्यों न मर गई । ये नौजवान हाथों में चूड़ी पहन कर क्यों नहीं घर में घुस

बैठते हैं। इनकी माता ने बाँकू होने की दवा क्यों न खा ली ? भारत प्यासा है ! प्यास के मारे तड़प रहा है। यही जवान उसे पानी पिलावेंगे ? इन्हीं को इतना होंसला—रुतबा—जौर बल होगा ? व्यर्थ है, आशा छोड़ो। भारत को मरने दो !

आर्यसमाज के प्रवर्तक स्वामी दयानन्द ने कहा था—
‘स एष देशः सौभाग्यवान् भवति यस्मिन् देशे ब्रह्मचर्यस्य
विद्यायाः वेदोक्तधर्मस्य यथायोग्यः प्रचारो जायते ।’

आर्थ समाज के पिछले नेताओं में स्वर्गीय दर्शनानन्द सरस्वती और महात्मा मुन्शीराम जी ने उक्त आदर्श पर गुरुकुल खोले, पर उनसे आशा पूर्ण न हुई। बराबर १४ वर्ष तक आशा भरी चित्तवनों से देखने पर अन्त में मालूम हुआ कि गुरुकुल के गौरवान्वित स्नातक ७५) रु० की नौकरी के मुहताज हैं। और फिसल कर वहीं आ गिरे, जहाँ सब। महात्मा हंसराज ने डी० ए० बी० कालेज खोल कर अंगरेज़ी शिक्षा-प्रणाली में कुछ स्वातन्त्र्य उत्पन्न किया और अन्त में पण्डित मदन मोहन मालवीय ने विकट परिश्रम करके काशी में विश्वविद्यालय खोला। पर यह सब क्या था। उन्हीं विषाक्त लड़कियों पर चाँदी का वर्क था। वहाँ के लड़के भी गुलाम बनें, वहाँ के

90



नेटाल में ५ लाख ४४ हजार में २६ हजार ।

जर्मनी में ६ करोड़ ५० लाख में ६० लाख विद्यार्थी पढ़ते हैं, पर भारत में ३३ करोड़ ५० लाख मनुष्यों में ४५ लाख ३ हजार (!!) विद्यार्थी हैं !!

सम्य संसार के हिसाब से भारत में ६ करोड़ विद्यार्थी होने चाहिए थे, पर हैं कुल ४५ लाख ? अर्थात् साढ़े ५ करोड़ बालकों की बुद्धि विकास के लिये देश में कुछ प्रबन्ध नहीं है । यह विवरण प्रारम्भिक शिक्षा का है । अब हाईस्कूलों और कॉलेजों का हिसाब देखिए—भारत की जन संख्या ३१॥ करोड़ है और अमेरिका की केवल ८॥ करोड़ । अर्थात् अमेरिका से चौगुनी के लगभग है । अब दोनों देशों की उच्च शिक्षा की बात सुनिये—

भारत में सिर्फ १३० कॉलेज लड़कों के हैं, पर अमेरिका में ४६३ हैं । हिसाब से चौगुने होकर १६७२ कॉलेज होने चाहिए थे, पर हैं १३० [?] अमेरिका में लड़कियों के : १३ कॉलेज १६१० में थे पर उससे चौगुने भारत में केवल ७ !!

भारत में ३२० स्त्रियाँ कॉलेज में पढ़ती हैं, पर वहाँ १६६७ कॉलेजों में पढ़ती हैं [?] यहाँ ६६६३४१ स्त्रियाँ हटक् हटक् कर कुछ लिख पढ़ सकती हैं





यह सारे संसार को सब प्रकार की शिक्षा सहायता करने वाले भारत का वर्तमान भयंकर स्वरूप है—जैसा ज़माना आ रहा है—सारे विश्व की शक्तियों में जैसी रगड़ पट्टी मच रही है—उसे देख कर कौन कह सकता है कि भारत की एकान्तता स्थिर रह सकेगी ? और यह भी विश्वास नहीं कि सम्भव संसार इसे बोदा-निकम्मा-रोगी-अपाहज समझ कर इस पर तरस खा कर इसे छोड़ दे । क्योंकि वर्तमान सम्भवता का सब से उच्च धर्म यह है कि शक्ति हो तो जीवित रहो वरना मर जाओ ! बस तो अब भारत की मृत्यु निश्चित है—इस भयंकर रगड़ में—इस—ज़बर्दस्त चहल पहल में—इस भीड़ भड़कने में भारत अवश्य कुचल जायगा-पिस जायगा ! !

तीस कोटि भारत के जवाब हट्टे कट्टे पूतो ! सावधान होओ ! तुम्हारे ६० करोड़ बलिष्ठ हाथों की छत्र छाया में भी यदि देश डूब गया तो तुम्हारे अस्तित्व का क्या मूल्य रहा ? तुम्हारी इसी सुस्तो में-तैयारी करते करते-ही यदि—यह प्रशस्त शस्यश्यामला भूमि अतल पाताल में जा गिरी, सर्व नाश हो गया और तब चेते तो सब व्यर्थ होगा-अवसर बीते हीरा पत्थर के भाव भी नहीं बिकता । वह स्वर्ण अट्टालिका-वह स्वर्ग सुख-वह जातीयता-वह सौन्दर्य-ओ





हमारे करोड़ों पूर्वजों के ज्वलन्त आत्मत्याग-गौरव और प्रतिभा का फल था-नष्ट हो चुका-अब यह बाक़ी है-कि जातीयता का जो बाह्य आडम्बर बाक़ी बचा है-वह भी ध्वंस हो जाय और फिर हमारे पुरखों की हड्डी पहचानने वाला भी कोई संसार में न रहे !

सभ्य संसार में रह कर-सभ्य राज की प्रजा बनकर-सभ्यता में नाम लिखा कर केवल, हैट, कोट पहनने, अंग्रेज़ी बोलने, खड़े हो कर मूतने, सिगार पीने, मेम से ब्याह करने, से ही सभ्यता की मर्यादा को रक्षित नहीं रख सकोगे ।

इस बोखलाहट को सारा संसार उपहास की दृष्टि से देखने लगा है, और मोर का पंख लगा कर कौवा कहने लगा है, यही नहीं बल्कि ढेले मार मार कर अपने दल में आये हूँओं को तिरस्कार पूर्वक निकालने लगा है, तिस पर भी हम उसी चाल पर चलते रहें- यह बेगैरती नहीं तो क्या है ?

शिक्षा का मूल उद्देश्य मानसिम, शारीरिक और आत्मिक उन्नति करना है । इसी से प्राणी में मनुष्यत्व उत्पन्न होता है । यद्यपि बालक जन्म से बहुत से पैत्रिक संस्कार लेकर आता है । पर वास्तव में वह अयोग्यता और



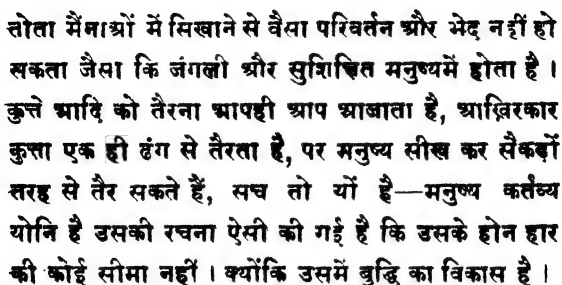


अविद्या का पुंज ही होता है। माता पिता और गुरु ही उसे योग्य बनाते तथा अविद्या अन्धकार के पर्दे दूर करते हैं। बालक चाहे भी जितने उत्तम संस्कार लेकर जन्मे। चाहे भी जितना दृष्ट पुष्ट और नीरोग हों-बिना विभूतियों और गुणों से युक्त हुऐ वह मनुष्य की पंक्ति में नहीं बैठ सकता।

शिक्षा का प्रधान भाग केवल मनुष्य जाति के लिये है; बिना सिखाए उसे कुछ भी नहीं आता, संसार भर के जानवरों के बच्चे जन्म लेते ही चलने फिरने उड़ने तथा खाने पीने लगते हैं। कुत्ता दो चार दिन में चलने फिरने लगता है। गिद्ध पैदा होते ही ऊपर आकाश में उड़ता है, सार यह है-कि प्रायः सभी संसार के प्राणियों को स्वाभाविक ही कुछ ज्ञान होता है। पर मनुष्य के बच्चों को सब कुछ सीखना पड़ता है। और प्राणि जितनी जल्दी बढ़ते और जिस उम्र में समर्थ हो जाते हैं, उस उम्र में मनुष्य के बच्चे नितान्त असमर्थ रहते हैं। इसका कारण क्या है?

बिल्ली, कुत्ते, बन्दर, आदि को चाहे कोई कितना ही सिखा ले, तो भी वह कोई ऐसा काम न कर सकेगा, जो अन्य बच्चे न कर सकते हों। इससे सिवाय जंगली बन्दर और पालतू बन्दर में-जंगली हिरन और पालतू हिरन में





बहु सब कुछ बिना सिखाये नहीं बनता, इसलिये शिक्षा देना परम आवश्यक है, लोग शिक्षा का ठीक अर्थ न जान कर स्कूल भेज कर कर बढ़ी २ डिग्रीएँ ही देना या कोई काम सिखाने ही को शिक्षा समझते हैं, पर वास्तव में यहाँ पर शिक्षा की सीमा व हद नहीं है ।

शरीर में आँख, नाक, कान, मुँह, आदि इन्द्रियाँ और बुद्धि है। उत्पन्न होते ही बच्चा—आँखें खोलता है—हाथ पैर मारता है सुनता है, चीखता है, तभी से सीखना शुरू कर देता है। दर्शन शास्त्री बताते हैं, कि ज्ञान जीव का धर्म है, ज्ञान सब उसके हृदय में है, कोई गुरु किसी को बाहिर से बात किसी के हृदय में नहीं ठूस देता, ज्ञान का बीज उसके हृदय में है, विकास पाकर



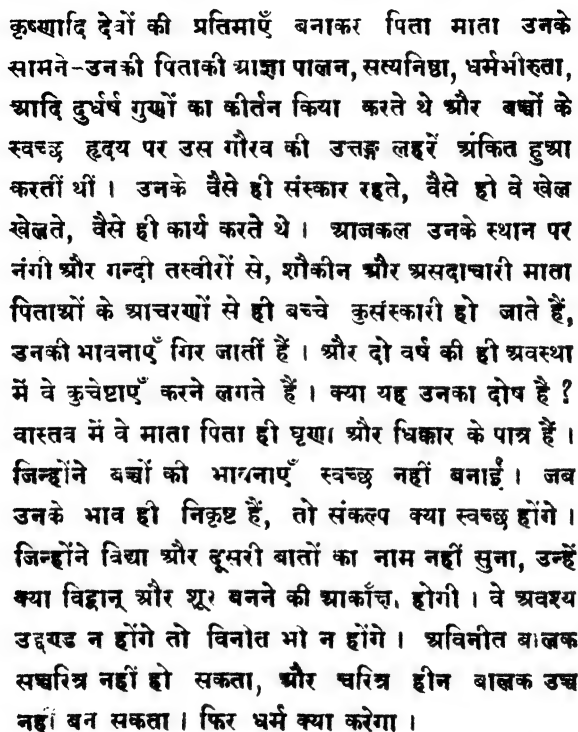


बनावे । राज प्रबन्ध का काम वैसी ज़िम्मेदारी का नहीं, जैसा कि काम माता की ज़िम्मेदारी का है । माता का आसन उत्तम है । माता का नाम मिटा दो तो संसार पशुओं से परिपूर्ण जंगल रह जाएगा ।

सच बोलना, स्वच्छ रहना, समय पर काम करना, सुशील, तथा आज्ञाकारी बनना, यही माता की प्रधान शिक्षा है । केवल माता की असवधानी से बच्चों में—जो कुन्दकली के समान स्वच्छ और सुन्दर होते हैं, क्या २ कुत्सित दोष नहीं घुस जाते ? और उनका भयंकर परिणाम कौन नहीं जानता ।

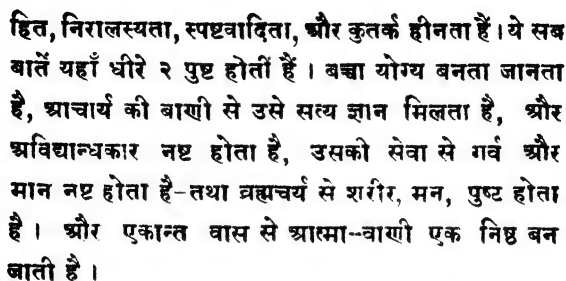
माता के पास बच्चा लगभग पाँच वर्ष तक ही स्नेह में पलता पोषता है, पीछे पिता के हाथ में आता है, मानों माता ने सुन्दर मिट्टी दे दी, खिलौना बनाने का सरंजाम पिता करता है । जिसको माता ने तैयार किया था—वह पिता पोषित करता है । पिता का कार्य यह है कि—कुल गौरव, स्वच्छ भावनायें, शुभ संकल्प, विनीत, भाव, सच्ची मित्रता, तथा उच्च आशाएँ तथा धार्मिक भावों के बीजों का आरोपण करे, कुल गौरव की स्थापना, के लिए ही आज दिन मूर्ति पूजा घर २ चली है, प्रथम रामायण, महाभारत, गीता की कथा वार्ता घर २ होती थी । उन अप्रतिम राम





धार्मिक भावों के स्थान पर आर्य, जैन, सनातन, और ईसाइयत के कट्टर भाव भरना में पसन्द नहीं करता।





इस प्रकार काय, मन, वचन से ज्ञान और शान्ति का संग्रह कर के वह वीर अपने कुल का तिलक होकर जगत् में विचरण करता है। उसे उच्चता से रोकने वाला कोई नहीं है। यही शिक्षा का सुफल है। यही शिक्षा का उच्चतर दुर्ग है।

प्राचीन भारतीय परिपाटी के अनुसार जब बालक को विद्यारम्भ कराया जाता था तब उसे यज्ञोपवीत देकर यह उपदेश दिया जाता था —

“तू आज से ब्रह्मचारी है, नित्य सन्ध्योपासन कियाकर, भोजनके पूर्व शुद्ध जल का आचमन कियाकर । दुष्ट कर्मों को छोड़ धर्म किया कर । दिन में शयन कभी मत कर । आचार्य के आधीन रह के नित्य साङ्गोपाङ्ग वेद के लिये बारह २ वर्ष पर्यन्त ब्रह्मचर्य अर्थात् ४८ वर्ष तक वा जब



तक साङ्गोपाङ्ग चारों वेद पूरे होवें तबतक अखण्डित ब्रह्म-
चर्य धारण कर । आचार्यके आधीन धर्माचरण में रहा कर ।
परन्तु यदि आचार्य अधर्माचरण वा अधर्म करने का उप-
देश करे उस को तू कभी मत मान । और उसका आचरण
मत कर । क्रोध और मिथ्या भाषण करना छोड़ दे । आठ
प्रकार के मैथुन को छोड़ देना । भूमि में शयन करना ।
पलङ्ग आदि पर कभी न सोना । कौशीसव अर्थात् गाना,
बजाना, तथा नृत्य आदि निन्दित कर्म, गन्ध और अञ्जन
का सेवन मत कर । अति स्नान, अति भोजन, अधिक
निद्रा, अधिक जागरण, निन्दा, मोह, भय, शोक, का
ग्रहण कभी मत कर । रात्री के चौथे प्रहर में जाग,
आवश्यक शौचादि दन्तधावन, स्नान, सन्ध्योपासन, ईश्वर
की स्तुति, प्रार्थना और उपासना, योगाभ्यास, का आचरण
नित्य किया कर । और मत कर । मांस, रुखा, शुष्क, अन्न
मत खावे, और मद्यदि मत पीवे । बैल, घोड़ा, हाथी,
ऊँट आदि की सवारी मत कर । गांव में निवास, जूता
और छत्र का धारण मत कर । लघुशङ्का के बिना उपस्थ
इन्द्रिय के स्पर्श से वीर्य स्थलन कभी न करके वीर्य को
शरीरमें रख के निरन्तर उर्ध्व रेता बन, अर्थात् नीचे वीर्य को
मत गिरने दे, इस प्रकार यत्न से वर्ता कर । तैलादि से

24

योगरूढ़ि और रूढ़ि तीन प्रकार के शब्दों से अर्थ यथावत् जानें । तत्पश्चात् पिङ्गलाचार्य कृत पिङ्गल सूत्र छन्दो-ग्रन्थ भाष्य सहित ३ महीने में पढ़ और तीन महीनेमें श्लोकादि रचन विद्या को सीखें, पुनः यास्क मुनि कृत, काव्यालंकार सूत्र, वात्स्यायन मुनिकृत भाष्य सहित आकांक्षा, योग्यता आवृत्ति, और तात्पर्यार्थ, अन्वय सहित पढ़के इसी के साथ मनुस्मृति, विदुर नीति, आदि और किसी प्रकरणमें के १० सर्ग बाल्मीकीय रामायण के—सब १ वर्षके भीतर पढ़ें और पढ़ावें तथा एक वर्षमें सूर्य सिद्धान्तादि में से किसी एक सिद्धान्त से गणित—विद्या जिसमें बीज गणित, रेखा गणित और पाटी गणित, जिसको अङ्क गणित भी कहते हैं पढ़ें, और पढ़ावें । निघण्टु से लेके ज्योतिष पर्यन्त वेदाङ्गों को चार वर्ष के भीतर पढ़ें । तत्पश्चात् जैमिनी मुनि कृत सूत्र पूर्वमीमांसा को, व्यास मुनि कृत व्याख्या सहित, कणाद मुनि कृत वैशेषिक सूत्र रूप शास्त्र को, गौतम मुनि कृत प्रशस्त वाद भाष्य सहित, वात्स्यायन मुनि कृत भाष्य सहित गौतम मुनि कृत सूत्र रूप न्याय शास्त्र, व्यास मुनि कृत भाष्य सहित, पतञ्जलि मुनि कृत योग सूत्र योग शास्त्र, भागरी मुनि कृत भाष्य युक्त कपिलाचार्य कृत सूत्र रूप सांख्य शास्त्र, जैमिनि वा बौद्धायन आदि मुनि कृत

92

व्याख्या सहित, व्यास मुनि कृत शारीरिकसूत्र तथा ईश, केन, कठ, प्रश्न, मण्डक, माण्डूक, ऐतरेय, तैत्तिरीय, छान्दोग्य और बृहदारण्यक, १० दश उपनिषद् व्यासादि मुनि कृत व्याख्या सहित वेदान्त शास्त्र । इन ६ शास्त्रों को २ वर्ष के भीतर पढ़ लेवे । तत्पश्चात् ऐतरेय ऋग्वेद का ब्राह्मण । आश्वलायन कृत श्रौत तथा गृह्य सूत्र और कल्प सूत्र, पद क्रम और व्याकरणादि के सहाय के छन्द-स्वर पदार्थ अन्वय भावार्थ सहित ऋग्वेद का पठन ३ तीन वर्ष के भीतर करे । इसी प्रकार यजुर्वेद को अत पथ ब्राह्मण और पदादि के सहित, सामवेद को २ दो वर्ष, तथा गोपथ ब्राह्मण और पदादि के सहित अथर्व वेद को दो वर्ष के भीतर पढ़े । सब मिल के ६ वर्षों के भीतर २ चारों वेदों को पढ़ना और पढ़ाना चाहिये । पुनः ऋग्वेद का उपवेद आयुर्वेद, जिसको वैद्यक शास्त्र कहते हैं । जिसमें धन्वन्तरि कृत सुश्रुत और निघण्टु तथा पतञ्जलि ऋषि कृत चरक आदि आर्यग्रन्थ हैं इनको ३ वर्ष में पढ़े । जैसे सुश्रुतादि में शास्त्र लिखे हैं—बना कर सब शरीर के अवयवों को काट कर देखें । उसमें शारीरिक विद्या को साक्षात् करे । तत्पश्चात् यजुर्वेद का उपवेद भनुर्वेद जिसको शस्त्रास्त्र विद्या कहते हैं । जिसमें अक्रिरा आदि ऋषि कृत

५२



ग्रन्थ हैं, जो इस समय बहुधा नहीं मिलते, ३ वर्ष में पढ़े और पढ़ावे। पुनः सामवेद का उपवेद गन्धर्ववेद जिसमें नारद संहितादि ग्रन्थ हैं। उनको पढ़ के स्वर, राग, रागिणी समय, बादित्र, ग्राम, ताल, मूर्छना, आदि का अभ्यास करे।

पन्पश्चात् अथर्व वेद का उपवेद अथर्ववेद जिसको शिल्पशास्त्र कहते हैं। जिसमें विश्वकर्मा, त्वष्टा और मयकृत संहिता ग्रन्थ हैं। उनको ६ वर्ष के भीतर पढ़ के विमान तार, भूगर्भादि विद्याओं को साक्षात् करे। इन शिक्षा से लेके आयुर्वेद तक १४ चौदह विद्याओं को ३१ वर्षों में पढ़के महा विद्वान् होकर अपने और सब जगत् के कल्याण और उन्नति करने में प्रयत्न किया करे।”

यह क्रम एक चमत्कारिक क्रम है और इस पर विचार करने की मैं प्रत्येक हिन्दु विद्वान् से अपील करता हूँ।

मैं खुले तौर पर यह कहना चाहता हूँ कि यदि बालक का पालन पोषण और शिक्षा का उचित प्रबन्ध न हो तो इसे जन्म देने से क्या लाभ है? परन्तु यह प्रश्न साधारण नहीं। बच्चों के लिये उत्तम खाद्य, रहने का स्थान, शिक्षा के लिये द्रव्य इन सबकी आवश्यकता राष्ट्र को पूरी करनी होगी। यह माता पिता के लिये करना आवश्यक है।



❁❁❁

— 30 —

गांव के सीधे साधे लड़के अपने गांव के छोटे स्कूल की पढ़ाई समाप्त करके जब निकट के कस्बे के टाउन स्कूल में आते हैं तो उन्हें वहाँ कुछ चमत्कार सा दीखता है। अच्छी-इमारतें, मेज, कुर्सी, ठीक तराश के कपड़े और चटपटे शहरी साथी और चाय पानी। वे प्रथम कुछ संकोच में रहते हैं

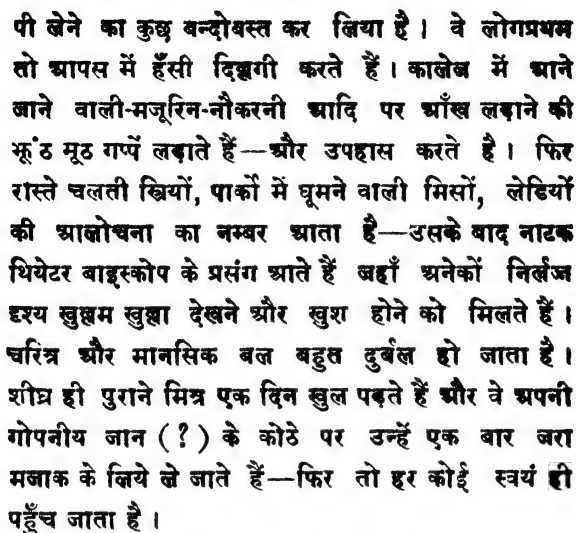


फिर सब में मिल जाते हैं, शहर के कुछ लुच्चे लड़के अपना उल्लू साधते, कुछ ठगने या उनसे अप्राकृत पाप करने के लिये उन से मीठी २ बातें बनाकर दोस्ती बनाते, उनके लिये कुछ खर्च करते और उन्हें फाँस कर अपने रङ्ग में रंग देते हैं । पतन का मार्ग इतना सरल है कि एक बार आदमी उस पर पड़ कर फिर रुक नहीं सकता है, चलेही जाता है । ये लड़के शीघ्र ही उन में मिल जाते हैं और दुर्गुणों में फँस जाते हैं—क्योंकि ये प्रायः भोले होते हैं—इन्हें कुछ तजुर्वा भी नहीं होता । ये माता पिता की तरफ से सावधान भी नहीं किये जाते और कोई हितैषी इनकी सम्हाल भी नहीं रखता । बोर्डिंगमें रहने वाले लड़के परस्पर प्रीति करने लगते—स्पर्शास्पर्श बढ़ाते—एक शैया पर सोते—परस्पर छेड़ते और अन्त में अप्राकृत दुर्व्यसनों से फँस जाते हैं ।

एका एक किसी ऐसे लड़के के चेहरे की चमक मारी जाय, आवाज़ खरखरी और भारी हो जाय। उसमें भीरुता और एकान्त प्रियता आ जाय। स्फूर्ति और आनन्दमय मस्ती नेत्रों में न रहे। प्रातःकाल देर से उठने लगे। पाख़ाने में देर तक बैठा रहे। स्नान करने और शुद्ध रहने में जापरवाह हो जाय। पढ़ने में और क्लास में फिसली हो

जाय तो समझ लोजिये, वह दुर्घ्यसनों में फँस गया है, वह अवश्य वीर्य बाहर फेंकने लगा है। माता पिता को उचित है कि उस लड़के की शिक्षा बन्द करके उसे किसानी या किसी परिश्रम के धन्धे में लगा दे। कुछ परवा नहीं यदि उनका बेटा मूर्ख रह जायगा। मगर वह जीता जागता मेहनती और कमाऊ तो बना रहेगा ?

कालेज जाकर विद्यार्थियों के जीवन में रस पड़ जाता है—कालेज के कोर्स की किताबों में जब टेनी सन और सैक्सपियर के प्रेम प्याले वे स्वाद ले लेकर पीते हैं, होस्टल के स्वच्छ कमरे में, गुदगुदे फूल के समान पलंग पर पड़े हुये, भर जबानी की उम्र में जब वे उक्त काव्यों और कथाओं की संगमर्मर के समान श्वेत या गुलाब के समान कोमल और चाँदनी के समान स्वच्छ प्रेम पुतलियों की मनही मन में तस्वीर बनाते हैं—नीली आँखों को अन्धेरे में घूरते, सुनहरी वालों से स्वप्न में खेलते, कल्पनाओं के राज्य में कोर्टशिप करते हैं। तब वे अपने संयम और मन की पवित्रता को नहीं बनाये रह सकते। धीरे-२ कुछ उनके अन्तरंग मित्र बन जाते हैं ये लोग वे होते हैं जो साल दो साल प्रथम उस स्वप्न रस को चख चुके होते हैं और अब उन्होंने इधर उधर सचमुच एक दो धुँट चोरी छिपे



नाटक, थियेटर, वाइस कोप और गन्दे उपन्यास तथा दूसरी फौश पुस्तकें नागरिक जीवन का सब से अधिक खतरनाक रूप है। छोटे दर्जे के लोग, और कच्ची उम्र के स्त्री पुरुषों पर इनका बहुत बुरा प्रभाव पड़ता है। व्यर्थ उनकी काम वासना भड़क उठती है। प्रत्येक माता पिता और अभिभावक को उचित है कि वह अपने घर की बहू बेटियों और बच्चों को इन गन्दे मनोरंजनों से बचावे। कोई भी





समाशा थियेटर पहले स्वयं देखले और सबको दिखानेयोग्य हो तब दिखावे । सच्चा मनोरंजन गायन-चित्रकला, जंगल बगीचा-नदी किनारे भ्रमण-या बाल-बच्चों में हास्यबिलास है—प्रत्येक गृहस्थ को ऐसे मनोरंजन समय २ पर करते रहने चाहिये कि जिससे स्त्री बच्चों का जी घरसे ऊब न जाय । और वे मनोरंजन के लिये गन्दे उपन्यास या थियेटर आदि देखने की ओर रुचि न चला सकें ।

छोटे बच्चों के बिगाड़ने वाले घरके नौकर होते हैं । इन का पूरा २ ध्यान रखना चाहिये । कहार, धीमर, खिदमतगार कोचवान—माली आदि देख भाज कर बालबच्चे दार और अच्छे आदमो रखने चाहिये । ये लोग पैसा चुराने से अपनी शिक्षा शुरू करते हैं । बच्चों से पैसा चुरवा २ कर मिठाई का लालच देते हैं—पीछे उन्हें तरह २ से फुसला कर उन में हिल मिल जाते हैं—बहुधा उन्हें अपनी कोठरियों में ले जाते हैं और उन्हें कुत्सित चेष्टा सिखाते हैं और फिर उनसे अप्राकृत व्यवहार करते हैं । ये बालक फिर सदा इन नौकरों से डरते और इनके अधीन रहने लगते हैं । मालिकों को इन पर कड़ी दृष्टि रखनी चाहिये ।

बहुधा चलते पुर्जे मेहमान लोग शहरों की सैर करने आते हैं । ये सब निबटे हुये हजरत होते हैं । रात को





सैर को चलती वक्त ये घर के किसी आदमी को साथ चल कर सैर कराने का आग्रह करते हैं। बहुत करके घर के लोग अपने सीधे साधे युवा पुत्र को साथ भेज देते हैं। ये अनजान हजरत दोही चार दिन में उस लड़के को ठीक २ सैर की चाट लगा जाते हैं।

पास पड़ोस के सम्बन्ध में भी इसी प्रकार की बातें बराबर होती रहती हैं। खास कर पड़ोस की विधवा और कन्याओं पर बड़े शहरों में हमेशा पड़ोसी युवकों की और उनके पास आने वाली मित्र मण्डली की कुदृष्टि रहती है। प्रत्येक गृहस्थ को इन सब बातों की यथावत् समझाल रखनी निहायत जरूरी है।

—:X:—



अध्याय षष्ठा

: 4 :

धार्मिक शिक्षा और सात्विक जीवन

—:x:—

केवल ११ वर्ष की अवस्था में धर्म के नाम पर सिर कटाने वाले और दीवार में जीते चिने जाने वाले बालकों का जब मैं ध्यान करता हूँ तब यह विचार होता है कि क्या ऐसी पवित्र, हृद और सात्विक शिक्षा सार्वजनिक रूप से मनुष्य समाज के लिये सम्भव भी है ? किस लिये महा समर्थ राम पिता के इतने आज्ञाकारी और मर्यादा भीरु हुये ? ध्रुव और प्रह्लादने, शुक और सनत्कुमारों ने वह पवित्र सम्मान प्राप्त किया जो सिद्ध तपस्वियों तक को दुर्लभ था । केवल धार्मिक शिक्षा और सात्विक जीवन की सद् व्यवस्था ही उन्हें इतना दिव्य बना सकी थी ।





आज हम स्कूल के किराये के टट्टू मास्टर्स के ऊपर सुकुमार बच्चों की शिक्षा का भार सौंप कर निश्चिन्त हो जाते हैं। और वे लोग उसे बेत और गालियों को सहायता से यथा समय सब कुछ सिखा देते हैं—। प्रायः कुचेष्टाएँ स्कूल से ही सीखी जाती हैं। कैसे खेद की बात है कि पिता अपने पुत्रों को परीक्षा में पास होने के लिये तो इतनी कड़ाई का बन्दोबस्त करते हैं—परन्तु उन में सद्गुणों और उच्चता के भाव उत्पन्न होने की तरफ कुछ भी ध्यान नहीं देते।

सत्य भाषण, बड़ों का सत्कार, नम्रता, दया, लज्जा प्रेम और सुशीलता का बीज बच्चों में स्वभाव से ही होता है। यदि उन्हें भय दिखा कर साधारण बातों पर झूठ बोलने को लाचार किया न जाय—उनसे निकम्मी ठोेलिया न की जाय। उन्हें शासन में किन्तु प्रेम पूर्वक रखा जाय। उन्हें रोगियों की सेवा—अनाथों से प्रेम, दरिद्रों की सहायता की ओर प्रवृत्त कराया जाय तो प्रत्येक बालक एक महान् पुरुष बन सकता है।

परन्तु इसके स्थान पर होता यह है कि माता पिता खूब दिव्यगी में 'पुत्र से काली गोरी बहू की' और कन्याओं से 'काने कुबड़े दूल्हे' की बात अवश्य करते हैं। पिता के





मित्रगण बहुधा पिता की मूर्छें उखाड़ने—डण्डे मारने—
गाली देने की शिक्षा देते हैं ।

इन सब का क्या परिणाम होता है—इस पर वे कभी
विचार नहीं करते । बहुधा नंगे लड़के लड़कियों में मिल
कर खेलते हैं—और अनेकों कुचेष्टाएँ अपनी शिशनेन्द्रियों
के द्वारा करते हैं । मूर्ख मा बाप देख भी लेते हैं तो हंस
देते हैं ।

घरों में देवताओं और पूर्वजों की प्रतिमाओं को स्था-
पित करने का मुख्य अभिप्राय यही था कि उनके चरित्रों
के समय २ पर सुन कर बच्चों को उधर आकर्षित कराया
जाय—और उन महान् चरित्रों की बच्चों के चरित्रों पर
छाया डाली जाय । परन्तु बहुधा ऐसे उदाहरण देखने को
मिले हैं कि पिता देवदर्शन को चलने लगे—और गृहिणी
ने आग्रह पूर्वक बच्चे को लेजाने को कहा—प्रथम यो यही
जवाब दिया गया कि वहाँ—कोई नाच तमाशा तो है नहीं,
मन्दिर में इस इष्टत को किस लिए साथ लेकर जाऊँ ?
परन्तु स्त्री और बच्चे की हठ से लेभी गये तो मन्दिर में
जा कर एक पैसा बच्चे को दे कर मूर्ति पर चढ़ाने को दिया
और चले आये । दूसरे ही दिन किसी रण्डी के नाच की
महफिल का न्योता आया—आप भी बढ़िया वस्त्र पहन





चिल्लेदार दुपट्टा कन्धे पर डाला-पान खाया, इतर लगाया और बच्चे को सलमे की टोपी और रेशमी फूलदार वस्त्र पहना कर ले गये। वेश्या मटकती आई। खुद पान की तश्तरी और इत्र दान ले कर खड़े हो गये। बेटे के हाथ में रुपया देकर कहा—‘बेटे, उंगली पर रख कर देना।’

अब बच्चे को विचारने का समय आया—वह सोचता है—वहाँ मन्दिर में गये थे—तब बढ़िया वस्त्र भी नहीं पहने थे। वहाँ इतनी रौनक भी नहीं थी। उसके पिता जी ने इतनी खातिर भी न की थी। वहाँ एक पैसा चढ़ाया था—यहाँ एक रुपया? जरूर वह छोटी देवी थी और यह बड़ी देवी है।

पाठक ! आप सोचें कि ये संस्कार अबोध बालक के हृदय पर क्या प्रभाव डाल सकते हैं? एक समय था जब घर २ हवन यज्ञ होते थे—ऋषि महात्मा आया करते थे—और गृहस्थ अपने बच्चों को उनकी चरण रज देकर कृतार्थ होते थे। सिर्फ वातावरण से ही बच्चे वीर, तेजस्वी और धर्मात्मा बनते थे। पर अब सब कर्म काण्ड नष्ट हो गये। पिताओं के चरित्र भी डूब गये। मनुष्य में कामक्रोध लोभ मोह की इतनी माया बढ़ गई कि सैर सपाटे के अव-



अध्याय सातवां



सदाचार ।

—:0:—

मानव-समान की सब से बहुमूल्य वस्तु आचार है। लोग यह कहते हैं कि संसार में विद्या सब से श्रेष्ठ है, विद्या के सन्मुख संसार की समस्त सम्पदाएं और शक्तियां भुक्त जाती हैं। परन्तु मैं कहता हूँ कि आचार एक ऐसी वस्तु है जिसके सन्मुख विद्या का मस्तक भुक्त जाता है। प्रारम्भ में लोग धन शक्ति या विद्या के द्वारा सम्मान पाते हैं—परन्तु यदि वे अचारवान् नहीं निकलते हैं तो शीघ्र उनका पतन होता है और उनकी शक्ति, विद्या और धन किसी तरह उन्हें सम्मानित नहीं कर सकता। संसार का सब से अधिक नीच दुराचारी रोम का बादशाह नीरो था, जब रोम



महानगरी जल रही थी—तब यह मजे से बांसुरी बजा रहा था, इसने अपनी माता, पुत्री और बहिन तक से भी दुष्कर्म किया। लाखों मनुष्यों को सिंह आदि जन्तुओं से फड़वा डालना इसका नित्य का मनोरञ्जन था। तिस पर भी यह पिशाच उस समय का समस्त रोम भर में सब से श्रेष्ठ विद्वान् और तत्त्ववेत्ता था ! रावण के विषय में प्रत्येक हिन्दू जानता है—यह व्यक्ति महात्मापुत्रस्थ ऋषि का नाती और कुबेर का सम्बन्धी था। उच्च श्रेणी के ब्राह्मण वंश में था। राजनीति और वेदों का गुरन्धर पण्डित था—इसने वेदों पर अलौकिक भाष्य किया है। भगवान् राम ने आग्रह पूर्वक लक्ष्मण को इस के पास मृत्युकाल में नोति-शिक्षा प्राप्त करने भेजा था। इसके परिवार में विभीषण जैसे धर्मात्मा और सुलोचना जैसी पतिव्रता स्त्रियाँ थीं। इस की सामर्थ्य और वैभव की तो कोई हद न थी। फिर भी यह आदमी घोर दुराचारी था, लम्पटता के कारण वह श्रेष्ठ कुल का होने पर भी राक्षस कहलाया और बन्धु अन्धवों के साथ मारा गया।

भगवान् राम सच्चे अचारवान् पुरुष थे, उन्होंने कठिन से कठिन समय पर भी अपना बड़प्पन प्रगट किया था। कृष्ण को भी मैं परम श्रेष्ठ आचारवान् समझता हूँ। जो

पुरुष घनघोर शुद्धस्थल में थोड़ों को मल दल कर पानी पिलाने की हिम्मत रखता है, जो बिकट युद्ध प्रसंग के अवसर पर गीता का परमतत्त्व कहने की योग्यता और धैर्य रखता है । जिसके हृदय में भगिनी प्रेम की महा प्रतिष्ठा है— जो पाप और अनाचार के विध्वंस करने के लिये प्रभास और कुरुक्षेत्रों के मैदानों का सूत्रधार बन सकता है वह कभी इन्द्रियका गुलाम नहीं हो सकता ।

भागवत में लिखा है कि स्त्रियाँ उनके प्रेम भक्ति में मतवाली हुई उनके पीछे २ फिरती थीं । मैं पूछता हूँ कि कृष्ण भी किसी स्त्री के पीछे पागल हो कर फिरे ? दुराचारी लोग स्त्रियों के पीछे फिरा करते हैं कि स्त्रियाँ दुराचारियों के पीछे फिरा करती हैं । फिर उन स्त्रियों के पति पिता क्यों निशंक कृष्ण के पास उन्हें जाने देते थे ? बिना किसी महात्मा की पवित्रता पर विश्वास हुये—क्या कोई भी आदमी अपनी बहू बेटियों को किसी गैर आदमी के पास जाने दे सकता है ? कोई कितना ही बड़ा महात्मा या बड़ा आदमी हो पर उसके साथ भी कोई अपनी स्त्रियों का दुराचार नहीं सह सकता । महात्मा गान्धी को भी स्त्रियाँ बहुधा घेरे रहती हैं । जिस परिवार में वे जाते हैं उसकी स्त्रियाँ उनसे कोई परदा नहीं करतीं । प्रायः अकेली

209



भगवान् मनुने आचार सम्बन्धी कुछ सुन्दर उपदेश दिये हैं। जो प्रत्येक मनुष्य को मनन करने योग्य हैं।

“मनुष्यों को सदा इस बात पर ध्यान रखना चाहिये कि जिसका सेवन राग द्वेष रहित विद्वान् लोग नित्य करें— और जिसका अन्तःकरण अनुमोदन करे—वही धर्म करणीय है। इस संसार में अतिकामात्मता अच्छी नहीं है और अति निष्काम होना भी ठीक नहीं है। सच्चा ज्ञान योग और कर्म योग यह सब कामना ही से सिद्ध होता है। काम संकल्प का मूल है और संकल्प से पुण्य कार्य होते हैं। यम-धर्म-व्रत सब संकल्प से ही होते हैं। निष्काम की कोई क्रिया नहीं है। वेद, स्मृति, सदाचार और अपनी अन्तःकरण की स्वीकृति यह चार प्रकार धर्म के हैं। जो अर्थ और काम में असक्त हैं उनके लिये धर्म ज्ञान कहा गया है। विद्वान् पुरुष को चाहिये कि विषयों में जाती हुई इन्द्रियों को दौड़ते हुए घोड़े के समान रोक कर संयम से रखे। इन्द्रियों के प्रसंग से अनेकों दोषों का प्रकटीकरण होता है—उन्हें दबा रखने ही से सिद्धि प्राप्त होती है। काम की तृप्ति भोगों में कदापि नहीं होती। घी ढालने से तो अग्नि सदा बढ़ती ही है। इस लिये इन्द्रियों को वश में करके और मन का संयम करके सब अर्थों की उत्तम





- ५—सबका बन्धु. क्रोधितों को शांति दाता, डरे हुआओं को आश्वासन देने वाला, शरणगत्तों का रक्षक और साम्य प्रधान होना चाहिए। दूसरों से अपने लिए जिस बर्ताव की इच्छा रखता हों उनसे वही बर्ताव करे।
- ६—पराया धन-भूमि, स्त्री आदि पर मन न चलावे। व्यभिचार से सदा दूर रहे।
- ७—मल मूत्रादि वेगों को कभी न रोके। परन्तु काम, क्रोध, लोभ, मोह आदि मानसिक वेगों को सदा रोकता रहे। इन्द्रिय रूपी घोड़ों की लगाम सदैव खिंची रखे, नहीं तो किसी अँधेरे खड्डे में ले गिरेंगे।
- ८—समय पर, हितकारी, थोड़ा, युक्ति युक्त, सत्य और मधुर भाषण करे।
- ९—दूसरे की निन्दा, चुगली, कठोर भाषण, निरर्थक बकवाद और बीच में बोलना [वात काटना] इससे सदा दूर रहे।
- १०—किसी को अपना शत्रु या अपने को किसी का शत्रु न कहे। भिन्न २ स्वभाव के मनुष्यों से उनके अनुकूल ही आचरण करके उन्हें प्रसन्न करे।
- ११—शरीर रक्षा का सदा ध्यान रखे। कोई काम ऐसा





नहीं करना चाहिए जिससे तन्दुरुस्ती को धक्का पहुँचने का डर हो, एक बार भी शरीर रोगी हो जाने से उसे बहुत हानि पहुँच जाती है। बीमारी के लगातार धक्के तो शरीर को बिल्कुल बेकार कर देते हैं। इस-लिए सदैव निरोग रहने का प्रयत्न करना चाहिए।

१२—बेदब साहस के काम नहीं करने चाहिए। जैसे अपनी शक्ति से अधिक बोझ उठाना, बड़ी नदी को भुजाओं से तैरना, अपने से अधिक बलवान् से लड़ना अगम्य स्थानों में घुसना आदि।

१३—बुहारी की धूल शरीर पर न पड़ने दे। धूप, धूँय़ाँ, धूल, पूर्व की हवा, कठोर वायु, और पाखा, या बरफ गिरना इनसे बचाव रखे।

१४—निकलते हुए डूबते हुए और ग्रहण लगते सूर्य को न देखे। अन्य भी चमकदार वस्तुओं को न देखे।

१५—अपवित्र, घृणित, अप्रिय और दुर्गन्धित वस्तुओं की ओर न देखे—न उन्हें छुये।

१६—राख, भूसा, बालू—अलसी आदि पदार्थ और गन्दे पदार्थों के ढेर पर न चढ़ें।

१७—बोझों को सिर पर उठाकर न ले जाय।

१८—रात्रि में वृत्त के नीचे न सोवे।





- १६-देवस्थान, चैत्य, श्मशान, बगीचा, सूना मकान, जंगल इन स्थानों में रात्रि वास न करे ।
- २०-पराये घर भोजन करने में सावधान रहना चाहिए ।
- २१-अग्नि में न तापे, विशेष कर पैरों के तलवे न सेके ।
- २२-नंगा न नहाए और बिना जाने जल में न घुसे ।
- २३-शराब, भंग, चरस, चुरहट, हुक्का, चाय, काफी, आदि न पीवे ।
- २४-पापी, दुराचारी, गर्भ गिरानेवाले, पतित, पागल और देशद्रोही का संग न करे ।
- २६-सदा मध्यम वृत्ति में चले । किसी काम में अति न करे ।
- २७-बहुत स्थाने मालिक की नौकरी न करे ।
- २८-प्रत्येक कार्य का समय विभाग नियत करे । और सोते वक्त दिन भर की चर्या अवश्य नोट करले ।
- २९-जो चाहते हों कि हमारी सन्तान सदाचारी हों उन्हें चाहिए कि कभी दुराचार न करें ।
- ३०-पहने हुए कपड़े पहनने से, एक विस्तर पर बैठने से या सोने से, लगाये हुए चन्दन में से चन्दन लगाने से, पहनी हुई माला पहनने से, साथ भोजन करने से, झूठा खाने और हाथ मिलाने से, संसर्गज रोग उड़ कर लग जाते हैं । इन विषयों में खूब सावधान रहना ।



अध्याय आठवां



यौवन का विकास



१२ वर्ष की आयु होने पर लड़का, और १० वर्ष की आयु होने पर लड़की, यौवन में प्रवेश करती हैं। इस आयु में उनके शरीर में परिवर्तन आरम्भ हो जाते हैं। कन्या की आयु में १६ वर्ष की आयु तक, और लड़के में २५ वर्ष की आयु तक ये परिवर्तन जारी रहते हैं। इसके बाद आयु परिपक्व हो जाती है।

यौवनकाल के परिवर्तन—इस आयु में लड़के-लड़की की बगल और पेड़ पर बाल जमने लगते हैं। कंठ स्वर बदल जाता है। बालकों की लिंगेन्द्रिय बढ जाती है। और अण्डकोश में वीर्य उत्पन्न होने लगता है।





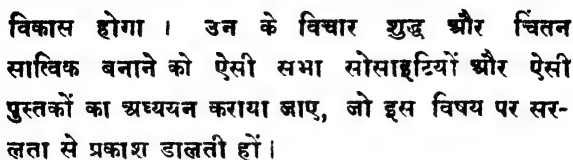
यद्यपि उनमें इन बातों का प्रादुर्भाव होता है। पर अभी पूर्णावस्था में बहुत देर होती है। कन्याओं के स्तन बढ़ने लगते हैं। और उन्हें रजोदर्शन भो होने लगता है।

उनका मानसिक प्रभाव—इस अवस्था में प्रायः लड़के-लड़कियाँ तनिक भी संसर्ग दोष से काम सम्बन्धी चिन्तन करने लगते हैं। इस प्रकार की बातों में उन्हें चाव मालूम होता है। वे प्रगट या गुप्त ऐसी बातें सुनना या ऐसी पुस्तकें पढ़ना पसन्द करते हैं। यदि तनिक भी अवसर मिला, तो कुटेव सीख जाते हैं।

गुदेन्द्रिय सम्बन्धी सावधानी—बच्चों को छोटी आयु से नंगा रखने या उनकी जनेन्द्रियों को साफ न रखने से उन स्थानों में मैल जमकर खुजली चलने लगती है। और प्रायः बच्चे उस स्थान को मसलने या खुजाने लगते हैं। धीरे २ उन्हें इन्द्रिय स्पर्श का चस्का लग जाता है। गोद में लेने पर भी वे कुटेव सीख जाते हैं।

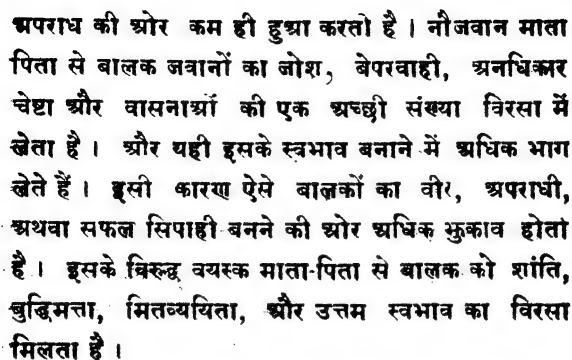
दैनिक चर्या का खास प्रबन्ध—इस आयु में सावधानी से बालकों की दैनिकचर्या का प्रबन्ध करना चाहिये। उन्हें खूब शारीरिक और मानसिक परिश्रम में लगाये रखना चाहिये। जितना ही अधिक वे शारीरिक और मानसिक परिश्रम करेंगे, उतना ही उनकी शक्तियों में





बालक के स्वभाव पर माता-पिता की वयस का स्वभाव—प्रो० रेल्ड फोल्ड ने अभी हाल में एक चित्ताकर्षक भेद ज़ाहिर किया है। जिसका यह भाव है कि जिन बालकों के माता-पिता बड़ी वयस के होते हैं। उनकी दिमागी शक्तियां जवान माता पिता के बालकों से अधिक उन्नत होती हैं। संसार के महापुरुषों में से अधिक वही हैं — जो पक्की उमर के माता-पिता से उत्पन्न हुए हैं। आपने कुछ अंक भी एकत्रित किये हैं। जिनके अध्ययन से पता चलता है कि पचास साल से अधिक उमर के माता-पिता के बालकों में महापुरुषों की औसत संख्या सामान्य रूप से सबसे अधिक होती है। छोटी उमर की माता-पिता के लड़के प्रायः कठोर, दुष्ट और विषय वासनाओं के दास होते हैं। आजकल ६० प्रति सैकड़ा अभ्यस्त अपराधी नौजवान माता-पिता से उत्पन्न होते हैं। यह आवश्यक नहीं कि नौजवान माता-पिता के सभी बालक ऐसे ही हों। हाँ यह ज़रूर है कि वयस्क माता-पिता के बालकों की प्रवृत्ति





इन्हीं प्रोफेसर साहिब ने अपने अंकों के आधार पर एक नक्शा तैयार किया है। जिससे पता चलता है कि भिन्न २ प्रकार के पुरुष कितनी २ वयस के माता-पिता के यहाँ उत्पन्न हुए। नेपोलियन, ग्रांट [अमेरिकन प्रधान] सिकन्दर आज़म, रुज़वैल्ट, और फ्रेड्रिक वी ग्रेट ३१ साल से कम वयस के माता पिताओं के यहाँ पैदा हुए। चित्र-कार, लेखक और सूक्ष्म विद्याओं के आचार्य प्रायः ३१ से ४० साल के माता पिता के बालक होते हैं। गेटे, स्पिन्जर, शेक्सपियर, रैफल, एवार्ड, मैकाले, गोल्डस्मिथ, इत्यादि इसी भाग में शामिल किये जा सकते हैं। ४१ से ५० वर्ष की वयस के बीच प्रायः देश के नेता पैदा होते हैं।



3/20/2014

यथा— विस्मार्क, क्रामवेल, ग्लेडस्टोन और कीटो, इसी वयस के माता-पिता के यहाँ पैदा हुए ।

स्कूली शिक्षा—आप अपने प्राणों से प्यारे गुलाब के फूल के समान सुन्दर और कोमल बच्चों को प्रातःकाल उठते ही जल्दी से ठंडा, बासी खिन्ना, और कपड़े पहनाकर स्कूल भेज देते हैं। पर आप यदि कभी उस स्कूल में जाकर देखें, तो आपको दीखेगा कि वहाँ के मनहूस-कमरे में सील भरी धरती पर लकड़ी की बेंच पड़ी हैं। और आपका बच्चा अपने साथियों के साथ, नीची गर्दन किए, मैली पुस्तक पर इष्टि गाढ़े अपने पतले दुबले पैर हिला रहा है। सामने साक्षात् यम-स्वरूप मास्टर साहिब मैले वस्त्र पहने, सपलपाता बेंत लिए गाज गरज कर उनके हृदयों को हिला रहे हैं। बच्चे बिचारे उन भाड़े के टट्टू मास्टर साहिब के बेंत के भय से बिलकुल अरुचि पूर्ण हृदय से सूखे चने के टिक्कड़ की तरह पाठ को गले से उतार रहे हैं।

अभागे बच्चे जब स्याही से कपड़े और बस्ते को मैला करके शाम को फीके और उदास मुख लिए घर आते हैं। और दोपहर की रक्खी हुई बासी रोटी खाते हैं। तब तो इनके प्रति करुणा की इति श्री हो जाती है। परन्तु जब वे अपने मस्तिष्क में अगले दिन के पाठ याद करने की

११८

इस तरह उदास, दुर्बल और चिन्ताग्रस्त बच्चों को देखकर कल्याण नहीं होती है ?

अगर जवान होने पर आपका पुत्र बहुत पढ़ लिख गया, परन्तु तन्दुरुस्ती खो दी, तब क्या सम्भव है, कि वह अपने जीवन में सुखी हो सकेगा ? आज चारों तरफ लाखों युवक, जो इन गुलाम स्कूलों की टकसाल के बिलकुल छोटे ऐसे सिक्के हैं जो बिना बट्टा दिये चल ही नहीं सकते, हमारे सामने हैं । हम इन्हें देखकर कहते हैं कि इन पढ़ पढ़ारों को तैयार करके हमने कौम को, नस्ल को मिट्टी में मिला दिया ।

क्या आप अब से हजारों वर्ष पूर्व के गुरुकुलों की पवित्र स्मृति को मन में धारण करेंगे ? जिनका उल्लेख हम अन्यत्र कर आये हैं । जहाँ राजकुमार और दरिद्र पुत्र एक आसन पर, एक ही गुरु के सम्मुख बैठकर, स्वच्छंद वायु में, वृक्ष के नीचे, परम गहन, आत्म-सत्य का मनन करते थे । जहाँ कृष्ण जैसे जगत्मान्य पुरुषोत्तम से दरिद्र सुदामा ने मैत्री लाभ की थी । जहाँ जैमिनी और पाणिनी का निर्माण हुआ । जहाँ शुकदेवजी और अष्टावक्र जैसे महाज्ञानियों का निर्माण हुआ, जिन गुरुकुलों के स्तम्भ रूप व्यास, वशिष्ठ और कपिल जैसे

६२०

अध्याय-नवाँ

—:०:—

व्यायाम ।

व्यायाम करने से शरीर सुडौल और स्थिर होता है । अङ्ग थक जाने से फालतू कामचेश नष्ट हो जाती है—नींद अच्छी आती है—मन स्थिर रहता है । भुक्त आहार का ठीक २ परिपाचन होता है । आलस्य दूर होता है बल और उत्साह की वृद्धि होती है । परिश्रम, थकान, प्यास, गर्मी सर्दी आदि सहने की शक्ति उत्पन्न होती है, इन्द्रियाँ वशीभूत हो जाती हैं, व्यायाम करने वालों को कभी कठिनाइयों में घबराना नहीं पड़ता । वृद्धावस्था उनके पास नहीं फटकती । जो पुरुष अवस्था, रूप और गुणों से हीन भी हैं उन्हें भी व्यायाम सुन्दर बना देता है । व्यायाम

•••••



३—व्यायाम को प्राणायाम के साथ मिलाकर करना चाहिये, इस प्रकार से श्वास को बाहर निकालो (श्वास नाक से ही छोड़ना और भरना चाहिये) और बाहर रोको, फिर धीरे २ खूब श्वास रोको । छाती-फेफड़े में श्वास भर कर तब व्यायाम करो । धीरे २ एक क्रिया करो और उसको एक ही श्वास में पूरी करने को कोशिश करो । यदि श्वास टूट जाय तो कोई हर्ज नहीं । फिर भर लेना चाहिये । और धीरे २ क्रिया करनी चाहिये । क्रिया समाप्त होने पर श्वास छोड़ देना चाहिये—और फिर भर लेना चाहिये । और फिर क्रिया करनी चाहिये । इस प्रकार व्यायाम करने से सीना चौड़ा होता है । फेफड़े-दिल, पसलियाँ मज़बूत होती हैं । दम बढ़ता है । जल्दी थकान नहीं आती । और बल बढ़ता है । यथार्थ में बल वायु में ही है । वायु को बश में करने से ही मनुष्य बलवान् हो सकता है । प्राणायाम के साथ मिला कर व्यायाम करने से धीरे २ वायु वश में होने लगती है ।

४ व्यायाम करते समय अपना मन सब ओर से हटा कर व्यायाम में ही लगाना चाहिये । और यह धारणा मन में रखनी चाहिये कि हम इस क्रिया से बराबर बलवान् हो रहे हैं । और भीमसेन वा हनुमान के समान बलवान् हो जावेंगे । इन पुरुषोंके चित्र भी सामने रखना उत्तम है ।





५ - व्यायाम करने के पीछे धीरे २ टहल कर पाँच सात मिनिट सुस्ताना चाहिये । उस के पीछे ठंडाई पीनी चाहिये । ठंडाई बादाम १०, धनिया १ माशा, काली मिर्च ५ दाने; इलायची छोटी दो । ये सब शाम को थोड़े जल में भिगो कर रख देने चाहिये । व्यायाम के पीछे ठण्डाई तैयार करनी चाहिये । बादाम के छिलके उतार कर और सब चीजों को एक साथ सिल पत्थर से बारीक पीस कर थोड़े से पानी में घोल कर छान लेना चाहिये । छानने का वस्त्र फिन-फिना होना चाहिये । फिर थोड़ी मिश्री मिला कर पी लेना चाहिये । इस ठण्डाई से कसरत के पीछे होने वाली खुश्की दूर हो कर तरावट आ जाती है । मौसम ठण्डा हो तो थोड़ी साँठ मिला लेना चाहिये । और ज़रा गुनगुना करके पी जाना चाहिये । धीरे २ दो दो बादाम बढ़ाने चाहिये और एक सेर तक बढ़ा देने चाहिये । उसी हिसाब से अन्य चीजें भी बढ़ा लेनी चाहिये ।

६—व्यायाम करने वालों को मांस नहीं खाना चाहिये । इससे सुस्ती, क्रूरता, तथा अनेक अवगुणों की वृद्धि होती है ।

तेल मालिश—बहुधा पहलवानों को कहते सुना है कि “सौ लङ्घन्त और एक मलन्त” तेल मालिश करने से



अध्याय दसवाँ

—•••••

बाल विवाह ।

— • —

बालविवाह की निरुद्ध और घृणित प्रथा ने जितना बड़ा आघात हिन्दूजाति को पहुँचाया है उतना किसी ने नहीं पहुँचाया। ब्रह्मचर्य की प्रशस्त्र रीति का मूलोच्छेदन करने वाला, सबसे प्रबल और तेज कुल्हाड़ा बाल विवाह है। मनुष्य जाति के कट्टर शत्रु, तन्दुरुस्ती के भयानक विष सदाचार के प्रबल विरोधी, बालविवाह ने जब से संसार की मुकुट हिन्दू जाति में अपना प्रवेश किया है, तभी से उसे चौपट कर दिया है, मुकुट की मणि मुकुट से गिरकर पैरों से कुचली जाने लगी, और सब से बड़े शोक की बात तो यह है कि इस प्लेग और हैजे से भी भयानक रोग को अभागो

हिन्दू सदा आनन्द से स्वागत करते रहे हैं । इसके भयंकर परिणामों को लिखते सचमुच लेखनी थरती है । रोमाञ्च हो आते हैं, हमारी सारी इज्जत, तमाम आबरू, सारा बढप्पन और हमारे सिर की पगड़ी तक इस डायन प्रथा ने धूल में मिला दी है, कहाँ तक हम रोवें, इसके परिणाम को देख कर सारे शरीर में हज़ारों बिच्छू काटने जैसा दर्द होता है । १५ वर्ष के बच्चे और १० ग्यारह वर्ष की बालिकाएँ जिस देश में मा बाप बनकर इस महान् पद को कलंकित करे, उस देश का क्यों न सत्यानाश जाय ? पकने से पहले ही जिम्मे खेत को कुचल कर वर्बाद कर दिया गया हो, उस कम्बख्त किसान की बदनर्सीबी का भी कुछ ठिकाना है ? जिस के फूल खिलने से प्रथम ही मसल कर मोरियों में पैक दिये गये हैं । उसके दुर्भाग्य पर शत्रु को भी दया आवेगी ।

आपने क्या देखा नहीं है, छोटे २ बच्चे दूल्हा दूल्हन बनकर विवाह करने चले हैं। बच्चा अभी धोती पहनना नहीं सीखा, लड़की गेकर रोटी माँगती है और वे इसी नादानी की अवस्था में गृहस्थ की ज़बरदस्त गाड़ी में अपने ज़ाज़िम मा बापों द्वारा जोत दिये जाते हैं। बड़े अभागे ही बच्चों को ऐसे ज़ाज़िम मा बाप मिलते हैं, जिनकी वह खुशी

230



उस कसाई की खुशी से किसी प्रकार कम नहीं है, जो अपने सामने तड़पते जानवर को देखकर होती है ।

विवाह की बात दूर रहे, उनके संस्कार में भी यही विषैली स्प्रिट भरी जाती है, क्यों बेटा कैसी बहू लावेगा । गोरी या काली । बेटा यों ही तोतली बाणी से कह देता है 'ताती, मा बाप ही—ही करके हँस देते हैं', बच्चा भी ताती बजा कर हँस २ कर बारम्बार ताती २ कह कर पुकारता है । बच्चा हँसी को समझता है हँसी की वजह को नहीं । जिस बात को सुनकर सभी हँसते हैं—उसा बात को बार २ कहना उसे अच्छा लगता है । जन्म से ही प्रभाव कुसंस्कार का रहता है, विवाह होते ही रगड़ने मात्र की देर है—रगड़ा लगा, फक से सारी शक्ति भस्म हो गई । जीवन की आशाएँ धूल में मिल गई । न तो उसे संसार का तजुर्वा है और न उसके प्रबल प्रवाह में ठहरने की शक्ति ही है—और नहीं उसे भविष्य का ज्ञान ही है । हो कहाँ से ? उसे ऐसा होने का अवसर ही नहीं दिया गया ? वह अनाथ गरीब संसार की तपती भट्टी में भस्म होने को झोंक दिया जाता है । शोक !!

इसके भयंकर परिणाम को कौन नहीं जानता ? सारा भारत इस आग में तप रहा है । तमाम समुदाय में





की लड़ाई, नीचे से कोठे पर चढ़ना पहाड़ की चढ़ाई है। यह जवानी की दशा है? यह हमारी खिलती फुलवारी का नमूना है। बुढ़ापे की दशा को आप समझ ही लें—बुढ़ापे का स्थापा अब जवानी में ही भुगत जाता है—अब ३५ वर्ष का पुरुष बूढ़ा कहाता है। आप ही कहिये, ऐसे स्त्री पुरुषों के वंश कैसे चलेंगे? और चलेंगे तो कै दिन जीवेंगे? मित्रों! इसी से पोढ़ी दर पोढ़ी सन्तान कम होती जा रही है।

बचपन ही से काम कला को भड़का कर जिनकी मनो वृत्तियाँ गन्दी कर दी गई हैं—वे अपने बच्चों के रुधिर में इस विषैले प्रभाव को उतार देते हैं। जिससे उनकी सन्तान बचपन ही से विषयी, लम्पट, और अधर्मी हो जातो है। उनकी जड़ में उत्पन्न होते ही कीड़ा लग जाता है—और जब वे फलते, फूलते, अपनी सुगन्ध को संसार में फैलाते, अपने प्रताप से भूमण्डल को कँपाते, उससे प्रथम ही मुर्झा कर संसार से उठ जाते हैं। उनकी दार्दिक, स्नायविक, मानसिक दुर्बलता उन्हें अधम और नीच ही बनाये रखती है।

हमारे पुत्र के शरीर में उत्साह नहीं है, बल नहीं है, साहस, बीरता नहीं है। और दुनियाँ के किसी भी फलको



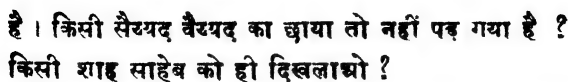


भोगने में लसता नहीं है। ये सब संकट बाल विवाह द्वारा ब्रह्मचर्य का नाश करके ही क्या हमने मोल नहीं खरीदे हैं।

हमारी नस्ल बर्बाद हो गई, ज़िन्दगी घट गई, तन्दुरुस्ती मिट्टी में मिल गई। रह गई हड्डी की ठठरी, रह गई अधमरी देह, इसका क्या कारण है? वही तुम्हारे ज़ाखिम माँ बापों का प्यार। और वही बहू देखने की लालसा!!!

पन्द्रह सोलह वर्ष की उम्र हुई है बच्चा स्कूल में ऊँचे दर्जे में पहुँचा है, दिमागी मिहनत का ज़ोर है—उधर गौना हो कर भी आ गया। बच्चे की जान पर बलैया खेने वाली उसकी मा आँखल पसार कर, दाँत निकाल कर गिड़ गिड़ा कर, कहती है। हे विश्वनाथ बाबा! हे काली भवानी? हे चौराहे की चामुण्डा अब तो पोते का मुँह दिखा दे? यही नहीं, उसकी तैयारी भी होने लगी। दोनों छोड़ी एक कोठरी के अन्दर बन्द करदी गई—इधर दिमागी मिहनत, पढ़ने का ज़ोर, उधर खाने की तंगी, घी दूध का नाम नहीं—उधर पोते होने की लालसा। इन सब में बच्चा पिस मरा। हाड़ की ठठरी रह गई। मा कहती है अजी देखो, बच्चे को क्या हो गया है? पीला पड़ता जाता

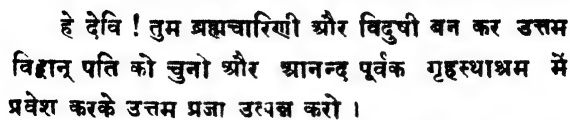




बाप देवता बोल उठे, पढ़ने में बड़ी मिहनत है । अब हम स्कूल न भेजेंगे । बहुत पढ़ गया है, इतना तो हमारे घर में कोई पढ़ा भी नहीं था? बस हो गया-तालीम का द्वार बन्द हो गया और सरयानाश का द्वार सोलह आना खुल गया, रोग भी बढ़ता ही गया । अन्त में शीघ्र ही राम २ बुल गई । जब कल्ली खिलने के दिन आये थे — जब उसकी सुगन्ध फैलनी थी — उससे प्रथम ही वह कुबल डाला — मसल डाला गया । सो भी प्यार करने वालों के हाथों से, उस पर न्योछाबर होने वालों के हाथों से । तब वही माँ बाप छाती पीट कर रोते हैं । हाय बेटा । अन्धों की लाठी छिन गई — तब उनका रोना आकाश फाड़ता है । वे अभागो नहीं समझते कि उन्हीं के नापाक हाथ उनके मासूम और बेगुनाह बच्चों के खून से रंगे गये हैं, उन्हीं ने अपने पैर में कुल्हाड़ी मारी है — कोई शक्ति है ? जो उन के दामन से उस खून के दाग को छुड़ा सके ।

भाइयों तुम्हें अपनी दया का बड़ा अभिमान है, पर सच तो यह है कि तुम्हारी बराबर संसार में कोई कसाई और क्रूर नहीं है। छोटे २ भुनगे, चींटी, कीड़े, मकोड़ों,





इसी प्रकार वेदों में विवाह के सम्बन्ध में अनेक आदेश मिलते हैं कि विवाह का आदर्श दो समान आत्माओं का संगठित करना है, जिससे समाज सेवा में सुविधा हो ।

यह विवाह युवा अवस्था में ही होना चाहिए। जैसे -

तमस्मेरा युवतयो युवानं ममृज्यमानाः परियन्स्थापः ।

स शुक्रेभिः शिवकृभो रेवदस्मे दीदायानिध्मो घृतनिर्णिगप्सु ।

॥ ऋ० म० २ । सू० ३५ । म० ४ ।

अर्थात् ब्रह्मचारिणी और विदुषी स्त्रियाँ २० वा २४
वें वर्ष वाली—जैसे जल वा नदी समुद्र में प्राप्त होती है—
वैसे हमको प्राप्त होने वाली युवा पति को प्राप्त होती हैं—
वह ब्रह्मचारी शुद्ध गुण और वीर्यवान् हमारे मध्य में शुभ
कर्म और तुल्य स्त्री को प्राप्त होवे जैसे आकाश में जल को
शोधने द्वारा विद्यत अग्नि है ।

वधू रियं पति मिच्छन्त्येति य ई वहाते महिषी मिषिराम् ।

आस्य श्रवस्याद्रथः आ च घोषत्पुरु सहस्रा परिवर्तयाते ॥

॥ ऋ० म० ५ । सू० ३७ । म० ३ ।



विद्वान् गण गृहाश्रम के लिये आपको मुझे देते हैं । आज
से आप मेरे और मैं आपके हाथ बिक चुके ।

ओं अहं विष्यामि मयि रूपमस्या वेददित्पश्यमनस्य कुलायम् ।
न स्तेयमद्भि मनसोदमुच्चेस्वयं श्रन्थानो वरुणस्य पाशान् ॥

जैसे मन से कुल की वृद्धि को देखता हुआ मैं तेरे
रूप को प्रेम से प्राप्त और व्याप्त होता हूँ । वैसे तू भी
मुझ में होकर अनुकूल व्यवहार कर । जैसे मैं मन से भी
इस तुझ बधू के साथ चोरी को छोड़ता हूँ, और किसी
उत्तम पदार्थ का चोरी से भोग न करूँगा । स्वयं थककर
भी व्यवहार में विघ्न स्वरूप दुर्घ्यसन के बन्धनों को दूर
करूँगा वैसे तू भी किया कर ।

ओं-समजन्तु विश्वे देवाः समापो हृदयानि नौ ।

सममातरिश्वा संधाता समुदेष्टी दधातु नौ ॥

अर्थात् --हम दोनों, इन विद्वानों के सामने प्रतिज्ञा
करते हैं कि हमारे हृदय दो प्रकार के जलों के समान मिल
जायेंगे । जीवन के लिये जैसे प्राण वायु है, सृष्टि के लिये
जैसे सृष्टिकर्ता हैं उपदेश के लिये जैसे श्रोता हैं, वैसे ही
हम पति पत्नी एक दूसरे के प्रिय होंगे ।

इन सभी प्रमाणों से विवाह की उत्कृष्टता प्रतीत
होती है ।



इस सुन्दर परिपाटी को खोप करने के लिये स्मृति आदि अनेक ग्रन्थों की सृष्टि की गई। इन सभी ने समाज का गिराने की भरपूर चेष्टा की।

सबसे प्रथम बौधायन ने विवाह की मर्यादा को शिथिल किया। मनु ने लिखा है कि रजस्वला होने के ३ वर्ष बाद तक कन्या माता पिता की प्रतीक्षा करे। पीछे वह स्वयं विवाह करने में स्वतन्त्र है। पर इतनी शर्त बढ़ा दी कि कन्या 'नग्निका' तथा ब्रह्मचारिणी हो। बौधायन ने 'नग्निका' का अर्थ सहवास योग्य १६ वर्ष की, किया है। सत्यव्रत और शैनिक ने भी यही अर्थ किया।

सातवीं सदी में अमरकोष में नग्निका का अर्थ—“अनागतार्तवा” किया गया। अर्थात् जिसका रजो-दर्शन न हुआ हो। यानी १२ वर्ष की कन्या को अधिकारी विवाह का बनाया।

गोस्वामी रघुनन्दन जी ने इसका अर्थ १२ से भी कम सिद्ध किया।

दूसरे स्मृतिकारों ने लिखा—“कन्या के स्तन उन्नत होने से प्रथम ही विवाह करना—या रजस्वला होने से प्रथम ही रजस्वला होने पर विवाह किया जावे तो विवाह दान देने वाला और लेने वाला दोनों नर्क में पड़ते हैं।



दोनों कुल के गुरुजन विष्ठा के कीड़े बनते हैं। अतएव
बाल्यावस्था ही में विवाह करना चाहिये।

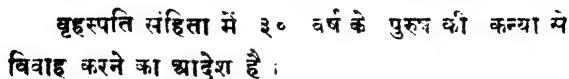
अङ्गिरस स्मृति में लिखा है कि “यदि पिता अपनी कन्या को १२ वर्ष हो जाने पर विवाह नहीं करता तो वह अपनी कन्या के रज को पीता है। यही बात स्पष्ट यम-स्मृति में लिखी है।

राजमार्तण्ड में लिखा है कि 'पिता माता और बड़ा भाई यदि कन्या को रजस्वला होते देख ले तो नर्क को जाता है। वह कन्या दूषित हो जाती है। यदि कोई ब्राह्मण उसके साथ विवाह करे तो वह पतित हो जाती है। द्विजों को उसे अपनी पंक्ति से निकाल देना चाहिये। शीघ्रनोध में लिखा है -

अष्टवर्षा भवेद्गौरी नववर्षाच रोहिणी ।

दशवर्षा भवेत्कन्या अत ऊर्ध्वं रजस्वला ॥

आठ वर्ष की कन्या गौरी, नौ वर्ष की रोहिणी और दश वर्ष की कन्या होती है। इससे बाद रजस्वला संज्ञा होती है। उसे देखकर ही माता पिता भाई को नर्क हो जाता है। गोस्वामी रघुनन्दन जी ने भी १० वर्ष की कन्या का विवाह करने की बात लिखी है।



उद्दिहेदष्टवर्षमेव धर्मो न होयते ।

अर्थात् आठ वर्ष की कन्या का विवाह करने से धर्म नहीं जाता ।

अन्त में गिरते २ बंगाल के गोस्वामी रघुनन्दन जी अपनी स्मृति में लिखते हैं कि विवाह का उत्तम समय ७ वर्ष है वह गर्भ की तिथि से गिनना चाहिए । इस प्रकार ६ वर्ष और २ मास ही विवाह का काल निश्चय हुआ ।

वही महा पुरुष रघुनन्दन जी फिर लिखते हैं—

अयुग्मे दुर्भगा नारी युग्मेतु विधवा भवेत् ।

यदि २ पर विभाग न होने वाले संख्या के वर्षों में विवाह होगा, तो वह मन्द भाग्या होगी और इसके विपरीत वर्षों में विधवा होगी। तब न युग्म न अयुग्म में विवाह करे। कुछ मास की कन्या का ही विवाह करदे।

इस प्रकार से इन मनुष्य के कल्याण के परम शत्रुओं ने स्वच्छन्दता से घटते २ कुछ मास की कन्या का विवाह ही धर्म सम्मत बताया। सच पूछो तो ये ही स्मृतिकार भारत की अधोगति के उत्तर दाता हैं। कहाँ तो वैदिक





डाक्टर वेली—कलकत्ते के एक रईस की ११ वर्ष ५ मास की लड़की को लड़का पैदा हुआ ।

डाक्टर ग्रीन—ढाका में मैंने १ लड़की को १२ वर्ष की आयु में गर्भवती पाया । बच्चा होती वार लड़की मर गई ।

डाक्टर कन्हैयालाल दे—बङ्गाल में आम तौर पर १२ वर्ष की लड़कियाँ गर्भवती पाई जाती हैं ।

इन प्रमाणों से पता लगता है कि देश में बालमाताओं की कमी नहीं है । अब यह देखना है कि अन्य देशों में क्या हाल है । भारत उष्ण देश होने से जल्द कुमारियाँ अतुमती होती हैं यह प्रकृति का सर्वत्र ही एक नियम है ।

आयुर्वेद का वाक्य है—

‘द्वादशात् वत्सरादूर्ध्वमापञ्चाशत समाख्यः ।

मासि २ भगद्वारा प्रकृत्यैवार्तवं सृजेत् ॥’

अर्थात् १२ वर्ष से ५० वर्ष की आयु तक महीने २ रजस्त्राव होता है । यह १२ से ५० तक की अवधि आयुषियों ने जो बताई है सो किसी देश के लिए नहीं, सब देशों के लिए समान भाव से है, चाहे वह गर्म हो, चाहे सर्द । समस्त पृथ्वी की कन्याएँ इसी अवस्था में रजस्त्राव होती हैं । इसी की पुष्टि में प्रसिद्ध डाक्टर हालिट्क लिखते हैं—





“So far as is known, there is no difference as to the time of the first menstruation among the different races of human beings, it is no earlier under the same circumstances in the Negroes than in the white female.

Dr. F. Holtick.

अर्थात् जाँच करने पर ज्ञात हुआ है कि संसार की सब जातियों की कन्याएँ लगभग एक ही अवस्था में रजस्वला होती हैं। यदि अफ्रीका के हबशी की लड़की और यूरोप से ठण्डे देश की गोरो लड़की एक ही तरह पाली जाँय तो दोनों एक ही साथ ऋतुमती होंगी।

× मिस्टर राबर्टसन ने खूब जाँच कर निश्चय किया है कि भूमण्डल के सब देशों में लड़कियाँ एक ही आयु में रजस्वला होती हैं।

इंग्लैंड के मैनचेस्टर लाइंगहोस्पिटल [Manchester lying in Hospital England] में ३४० लड़कियों की परीक्षा ली गई, और वे निम्नलिखित आयु में रजस्वला हुईं—

× The Origin of Life Page 303.





इंग्लैण्ड के राजा रिचर्ड दूसरे का विवाह फ्राँस की कुमारी “इसाबेला” से हुआ तो उस समय राजकुमारी की आयु कुल ८ वर्ष की थी ।

एलिज़बेथ हार्डविक [Countess of Shrewsbury] का विवाह १३ वर्ष की आयु में हुआ ।

इंग्लैंड के राजा हेनरी सप्तम के अत्यन्त निर्बल होने का यही कारण था कि उनकी माता का विवाह कुल नौ वर्ष की अवस्था में हुआ था । और जब हेनरी का जन्म हुआ तो उनकी माता [Lady Margaret] की आयु कुल दस वर्ष की थी । साउथेम्पटन के अर्ल की लड़की “आडरे” का विवाह हो चुका था, जब १४ वर्ष की अवस्था में उसकी मृत्यु हुई । एक विद्वान् लिखते हैं—

“The whole Pereage might be gone through with similar results.....the disgracefully early unions.”

अर्थात् इंग्लैंड के कुल उच्च कुल के लोगों की यही वशा थी कि वे अत्यन्त छोटी अवस्था में विवाह करते थे । और उस देश में भी भारत के समान छोटी अवस्था में गर्भ धारण होता था । मुसलमानों के नबी ने आयेशा से ७ वर्ष की अवस्था में विवाह किया । और जब वह आठ





वर्ष की हुई तो विषय किया। मुसलमानी क़ानून में ७ से ऊँची अवस्था की लड़की से विषय जायज़ है। किसी नौ या दस वर्ष की कन्या में विवाह के चिन्ह प्रकट होजाँय तो वह बालिश समझी जाती है।

इन अनेक देश और जाति के उदाहरणों से यही सिद्ध हुआ कि भारत में लड़कियाँ छोटी अवस्था में रजस्वला होती हैं तो इसका यह अर्थ नहीं है, कि देश की जलवायु गर्म है, वरन् भूमण्डल के प्रत्येक देश वा जातियों के लिए इस बारे में एक ही नियम है। वास्तव में बाल विवाह के कारण और ही हैं और वे ये हैं—

- १—देश में अज्ञान और स्वार्थ का फैलना।
- २—स्त्रियों के अधिकारों को छीन लेना।
- ३—गुड़ियों से खेलना, उनकी शादी करना, गुड़-गुड़ों को एक साथ सुलाना और उनके बच्चे होने के खेल खेलना।

४—बच्चों के मुख पर उनके विवाह की बातें करना, जिससे उनको यह ध्यान पैदा हो जाय कि वे अब समाने हो गये हैं। उन्हें वहू या दूल्हा मिलेगा।

५—बार २ दूल्हा, सास की बात कहना, गालियाँ मी वैसी ही भद्दी देना, जिसमें दूल्हा आदि का जिक्र हो।





में वर्णन किया था कि २५ बाल गर्भवतियों की जांच गई।
परिणाम यह हुआ।

५ लड़कियों का गर्भ गिर गया।

३ लड़कियाँ बच्चा जनती बार मर गईं।

६ लड़कियों के जनने के समय अत्यन्त कष्ट हुआ,
और उनके पेट से बच्चा औज़ार से निकाला।

५ को प्रसूत का रोग हो गया।

२ लड़कियाँ बच्चा पैदा होने से निर्बल होकर मर गईं।

३ लड़कियाँ दूसरी बार बच्चा जनने पर मर गईं।

२ तीसरी बार बच्चा जनती बार मर गईं।

जो बर्षों उनमें से १२ की तन्दुरुस्ती जन्म भर को
बिगड़ गई। अर्थात् कुल २५ में से १० मर गईं, ११
जन्म रोगिणी होगईं और कुल दो लड़कियाँ अच्छी रहीं।

सरकारी रिपोर्ट से ज्ञात हुआ कि छोटी उम्र में जो
बच्चे पैदा होते हैं, उनमें १००० में ३३३ बच्चे एक ही
बर्ष की आयु में मर जाते हैं। यानी हर तीन में एक
बच्चा मर जाता है। सिस्टम आफ मेडीशन में डा० अलवर्ट
कहते हैं कि “भारत में सब देशों से अधिक लोग पेशाब
की बीमारी से मरते हैं, फी सदी ६५ युवक इस रोग के
रोगी हैं।



आरोग्य-शास्त्र

उत्तर भारत के श्रेष्ठ चिकित्सक और महान् ग्रन्थकार—

आचार्य श्रीचतुरसेन शास्त्री के—

१० वर्ष के दुर्घर्ष परिश्रम का अमर फल ।

५० अध्याय । २५० प्रकरण । १५०० से अधिक विषय । ४०० के लग-भग इकरंगे तथा बहुरंग मूल्यवान् चित्र । ८०० से ऊपर बड़े २ (२०×३०=८) पृष्ठ । उत्कृष्ट दुरंगी छपाई । क्रोमटो, मजबूत, देशी आवइरो-फिनिश कागज । पक्की, सुनहरी कारीगरी की बढ़िया जिल्द । पचासों वर्ष तक ग्रन्थ नहीं नष्ट होगा । न कागज में कीड़ा लगेगा ।

ग्रन्थ का प्रत्येक अक्षर

प्रत्येक सद्ग्रहस्थ के लिये प्राणों से बढ़कर कीमती है । एक एक बात हजारों रुपयों के काम की है । सैंकड़ों बार पढ़ने पर भी ग्रन्थ सदैव आपको पढ़ना पड़ेगा ।

गत १०० वर्षों में

इसकी टक्कर का कोई ग्रन्थ हिन्दुस्तान की किसी भाषा में नहीं निकला । यह ग्रन्थ हिन्दुस्तान की ६ भाषाओं में अनुवाद किया जा रहा है । तथा भारत के भिन्न २ प्रान्तों के शिक्षा विभागों ने स्कूलों, कॉलेजों और लायब्रेरियों के लिये स्वीकार किया है ।

मूल्य बारह रुपये ।

विषय-सूची

अध्याय पहला (स्वास्थ्य-विज्ञान)

प्रकरण

- १ स्वास्थ्य-रक्षा का महत्व ।
- २ स्वास्थ्य और सौंदर्य—नैरोग्य शरीर की स्वभाविक माप, स्वस्थ लड़के-लड़कियों का क्रद और वजन अनुमान से, स्वस्थ पुरुषों का वजन और क्रद, स्वस्थ स्त्रियों का वजन और क्रद ।
- ३ स्वास्थ्य रक्षा के नियम—वाग्भट का कथन, स्वास्थ्य-रक्षा के वैज्ञानिक नियम, अन्न, जल, वायु और प्रकार, मल-मूत्रादि त्याग का नियत काल, सर्दी-गर्मी से रक्षा ।
- ४ दिन-चर्या—प्रातःकाल जागना, मल-त्याग, हाथ-मुँह धोना, दाँतन या मंजन, चौर, संध्या-वंदन, सुगन्ध धारण, वायु-सेवन, वायु के गुण, नेत्रांजन, रत्न धारण, वेगों को रोकने से हानि, इनके उपाय ।
- ५ ऋतुचर्या-विज्ञान—वसंत-ऋतु-लक्षण, गुण, पथ्यापथ्य, ग्रीष्म-ऋतु-लक्षण, गुण, पथ्यापथ्य, वर्षा-ऋतु, पथ्यापथ्य, शरद, हेमंत, शिशिर, साराँश ।

अध्याय दूसरा (शरीर-विज्ञान)

प्रकरण

- १ जीवन-कार्य—चौबीस तत्त्व, जीव क्या है, जीव-कोष, प्राण क्या है, जीवन क्या है, मृत्यु क्या है ।
- २ त्रिदोष—वायु, वायु के रूप, पित्त, पित्त के रूप, कफ, कफ के गुण, प्रकृति, वात-प्रकृत के मनुष्य, पित्त-प्रकृति के मनुष्य, कफ-प्रकृति के मनुष्य ।
- ३ त्वचा—स्पर्शेंद्रिय, केश और त्वचा, गंजापन ।
- ४ हड्डियाँ—हड्डियों की संख्या की सारिणी, हड्डियों की जाति, हड्डियों के जोड़ ।
- ५ माँस-पेशी ।
- ६ स्नायु—चेतना-गाँठ, शिरा और धमनी ।
- ७ मर्मस्थल शरीर के मुख्य संस्थान ।

अध्याय-तीसरा (शरीर-यंत्र)

प्रकरण

- १ शरीर के तीन मुख्य विभाग—सिर और उसके यंत्र ।
- २ फुफ्फुस या फेफड़ा—और श्वास-प्रश्वास क्रिया—वजन और आकृति, श्वास-नली या टेट्रा, लंबाई और गदन, श्वास-क्रिया, श्वास की विशेषता, श्वास और प्रश्वास द्वारा क्या २ पदार्थ बाहर निकलते तथा भीतर जाते हैं, सीधे बैठना और खड़े होना, मुख से श्वास लेना, धूल

और श्वास, श्वास के लिये मुख्य बार्ते, घर कैसे हों,
पालतू जानवर ।

- ३ हृदय और रुधिराभिसरण—रक्त, वायव्य पदार्थ, वर्ण-
भेद, रक्त का परिमाण, उपादान, रक्त की क्रिया, रक्त की
गति, रक्त में जीवन है ।
- ४ आहार-नालिका-पाचन-यंत्र और पाचन क्रिया—
भोजन किस तरह शरीर का पोषण करता है—आहार-
नालिका, पहला भाग, दूसरा भाग, तीसरा भाग, चौथा
भाग, पाँचवाँ भाग, बाहरी सहायता, भोजन पचने में
कितनी देर लगती है, विष्टा, विष्टा में क्या होता है, मल
दुर्गन्धित क्यों होता है ।
- ५ गुर्दे (मूत्र-यंत्र)—कार्य, आकृति, क्रिया, गुर्दे रक्त की
शुद्धि किस भाँति करते हैं, मूत्र का परिमाण ।
- ६ प्लीहा (तिल्ली) और यकृत (जिगर)—वज़न और
आकार, यकृत, क्लोम ।
- ७ मस्तिष्क—वज़न, फ़िल्मी और स्नायु, सुषुम्ना और
पिंगला नाड़ी-मंडल, मस्तिष्क की रक्षा, मन ।
- ८ नेत्र और कान—आँख की बनावट, देखना, नेत्रों की
रक्षा, कान, कान की बनावट, शब्द कैसे सुन पड़ता है,
कान की रक्षा ।
- ९ नासिका और जिह्वा—प्राणेंद्रिय, जिह्वा ।

- १० दाँत और नाखून—दाँतों की बनावट, रोगी दाँत, दाँत सड़ने के कारण, दाँत की रक्षा कैसे की जाय ।
- ११ पुरुष-जननेन्द्रिय और उसकी रक्षा—जननेन्द्रिय की उपयोगिता, पुरुष-जननेन्द्रियकी आकृति, इसकी बनावट; अंडकोष, जननेन्द्रिय की रक्षा, यौवन का आगम, स्वप्न-स्त्राव, कुटेव ।
- १२ स्त्री-जननेन्द्रिय और उसकी रक्षा—स्त्री-जननेन्द्रिय की विशेषता, स्त्री-जननेन्द्रिय का आकार, स्त्री-जननेन्द्रिय की बनावट, कामाद्रि, योनि, बृहदोष्ठद्वय, लुप्तोष्ठद्वय, भगाँकुर, सतीच्छद, विटप, जरायु (गर्भाशय) स्तन, स्त्री-जननेन्द्रिय को रक्षा ।

अध्याय चौथा (गर्भाधान और प्रसव)

प्रकरण

१ गर्भाशय

२ ऋतुकाल—ऋतुकाल में सावधानी, असावधानी के दोष, ऋतु-स्नाता, गर्भाधान ।

३ गर्भ ।

४ गर्भ रहने का चिह्न—मासिक धर्म बन्द होना, गर्भाशय का सिकुड़ना, बच्चे के दिल की धड़कन, गर्भ में पुत्र-पुत्री का निर्णय, दौहद-लक्षण, वर्ण और नेत्र, गर्भ का रक्त-संचार ।

५ गर्भिणी के रोग और उसकी चिकित्सा—गर्भपात को रोकना ।

६ गर्भिणी के पालन योग्य विशेष नियम—भोजन, स्नान, व्यायाम, शुद्ध वायु तथा धूप, मन की दशा, गर्भावस्था में मैथुन ।

७ गर्भाकाल—प्रसव, प्रसव की तैयारी, सूतिकागार में कौन रहे, बाई कैसी हो, प्रसव की पूर्व सूचना, दूसरी, तीसरी ।

८ वस्तुएँ जो प्रसव के समय हाज़िर रहनी चाहिए ।

९ प्रसव—प्रथम स्पर्शन, द्वितीय स्पर्शन, तृतीय स्पर्शन, चतुर्थ स्पर्शन, प्रसूति को आहार ।

१० प्रसव के बाद का स्त्राव—यदि बालक श्वास न ले, तो उसका उपाय, प्रसव में अधिक रक्त-स्त्राव का उपाय, प्रसूतिज्वर ।

१० प्रसव-बाधा—उसके उपाय, उसकी चिकित्सा, अद्भुत बातें जो कभी-कभी प्रसव में हो जाती हैं, जोड़िए बच्चे ।

११ गर्भ न रहने के कारण—गर्भ रहने के उपाय ।

अध्याय पांचवां (शिशु-पालन)

प्रकरण

१ वायु और प्रकाश—सौर गृह का प्रबन्ध, बच्चे को कहाँ सुलाना चाहिए, स्वच्छ वायु का प्रवाह, बच्चे के लिए सर्वोत्तम स्थान, बच्चे के लिए सबसे निकृष्ट स्थान, बच्चे की हवाखोरी ।

- २ आहार और जल—माता का दूध, दूध पिलाने की विधि, दूध पिलाने का ढङ्ग, माता का आहार, साक़ दस्त, उत्तम आहार, स्नान, व्यायाम और जल, मृदु जुलाब, ख़ास बातें, दूध पीने का काल, धाय, बाहरी दूध पिलाने की सारिणी, १ से २ मास तक के बच्चे को घण्टों के हिसाब से दूध पिलाना, बाहरी दूध का परिवर्तन, अजीर्ण ।
- ३ नौ महीने बाद का आहार—फलों का रस, दूसरे वर्ष का आहार, दूसरे वर्ष के ख़तरे, १ वर्ष से १२ मास की आयु तक भोजन-विधि, १२ से १८ मास की आयु तक की भोजन-विधि, १८ मास के बाद, सयाने बच्चों का आहार, मिठाइयाँ और फल, बच्चों का वज़न, दस्त ।
- ४ वस्त्र—पोतड़े, मौज़े और जूते ।
- ५ बच्चों की पालन-विधि—तेल की मालिश, साधारण स्नान ।
- ६ खेल-कूद - सोने के समय के वस्त्र, बिछौने, सिर के टोप, नौद और विश्रांति ।
- ७ फुटकर बातें—बच्चों के लिये सुनहरी नियम, बच्चों की शक्ति विकास ।
- ८ नियमित आदतों का अभ्यास—क्रायम क्रब्ज़, पिचकारी ।
- ९ साधारण भूल—पहली भूल, दूसरी भूल, तीसरी

भूल, चौथी भूल, पाँचवीं भूल, छठी भूल, सातवीं भूल, आठवीं भूल, नवीं भूल, दसवीं भूल, ग्यारहवीं भूल, बारहवीं भूल, तेरहवीं भूल, चौदहवीं भूल, पन्द्रहवीं भूल, सोलहवीं भूल, सत्रहवीं भूल ।

१० बुरी आदतें—उँगलियों और कपड़े तथा खिलौने आदि को मुँह में डालकर चूसना, दाँत से नाखून काटना या मिट्टी खाना, बिस्तर में दस्त-पेशाब करना, मूत्रेन्द्रिय को मसलना, भूले में हिलाना या गोद में लेना, अक्रीम देकर सुलाना, हकलाकर बोलना, हठ करना ।

११ बच्चों का रोना—बच्चों के रोने की खास-खास अवस्थाएँ, दुख-रहित हिचक-हिचक कर रोना, रोना नियमबद्ध है या नहीं, भूख या प्यास का रोना, बेचैनी से रोना, थकान या कमजोरी से रोना, घोर पीड़ा का रोना पेट का दर्द, कान की पीड़ा, विशेष चेतावनी ।

१२ मुँह और दाँत—रोग कहाँ-कहाँ जड़ पकड़ते हैं, मुलायम भोजन, दाँत कब और कहाँ निकलने शुरू होते हैं ।

१३ हरे-पीले दस्त और दूध डालना ।

१४ सरलता से दूध छुड़ाना ।

१५ निष्क्रमण—दन्तोद्भव, अष्टमंगल घृत ।

१६ बच्चों के रोग-बच्चों के रोग जानने का उपाय, ढूँडी का पक जाना, खाल लग जाना, दूध डालना, दूध न पीना, हँसली जाना, काग गिर जाना, आंख दुखना, खाँसी, तर खाँसी, काली या कूकर खाँसी, पेट चलना, कान बहना, फुटकर रोग, ज्वर !

अध्याय छठा (स्नान-पद्धति)

प्रकरण

- १ स्नान का स्वास्थ्य पर प्रभाव-चमड़ी के लाभ, खून की नालियाँ ।
- २ स्नान के प्रकार - साधारण स्नान, तैरने का स्नान, फ्रवारे और नल का स्नान, सूई-स्नान, वर्षा-स्नान, आर्द्रपट-स्नान, वाष्प-स्नान, वायु का स्नान, टरकिश स्नान, स्नान, स्नान, सोतों का स्नान, वैज्ञानिक स्नान, अन्य स्नान, दर्द दूर करने के स्नान ।
- ३ स्नान के विषय में कुछ जानने योग्य बातें—स्नान करने के स्थान ।
- ४ स्नान के उपयोग ।
- ५ जल-चिकित्सा आठ कटोरी पानी का प्रयोग, उषा जलपान-विधि, निद्राप्रद स्नान, शांतिदायक स्नान, शक्ति-बद्धक स्नान, शीतल जल-प्रयोग, उष्ण जल-स्नान, जल प्रयोग, प्रस्वेद-स्नान, उष्ण वायु-स्नान, दूसरी

विधि, जलाद्रं पट-स्नान, कटि-स्नान, पाद-स्नान, औषधि-मिश्रित स्नान, औषधि-वाष्प-स्नान ।

अध्याय सातवाँ (भोजन)

प्रकरण

- १ भोजन का वैज्ञानिक विश्लेषण—भोजन किसे कहते हैं, भोजन से लाभ, उत्तम भोजन, शरीर के मूल अवयव, पोषक द्रव्य, चर्बी, शर्करा, लवण, जल, तन्दुरुस्त शरीर के मूल अवयवों का परिमाण ।
- २ दूध—दूध के सम्बन्ध की खास बातें, शुद्ध दूध किसे कहते हैं, दूध अशुद्ध होने के कारण, दूध के द्वारा उत्पन्न होने वाले रोग, दूध का वैज्ञानिक विश्लेषण, स्त्री और पशुओं के दूध का अन्तर, अन्य बातें, मलाई, मक्खन, मक्खन के गुण ।
- ३ शाक—फल और मेवे, शाकों के गुण, फलों के गुण, मेवा ।
- ४ भोजन पकाने के लाभ—भोजन की विधि, किस ऋतु में कैसा भोजन करना चाहिए ।

अध्याय आठवाँ

(फलाहार और फलों की रोगनाशक शक्ति)

प्रकरण

- १ फलों का महत्व—फल और दौत, फलाहार, फलों के सम्बन्ध में आपत्ति, फलाहार-चिकित्सा ।

- सादा जीवन, फल और उपवास, आगंतुक रोग ।
- २ सेव—विशेष, सेव की चाय, अंगूर, किशमिश की चाय की विधि, केला, खोपरा, नारियल, नीबू, संतरा, बेर, प्याज़, लहसुन, शर्बत बनाने की विधि, अंजीर, प्रदर का अनोखा नुसखा, गोभी, आलू, सेम, मटर, मसूर, गाजर, शलजम, टिमाटर ।

अध्याय नवाँ (विष-भोजन)

प्रकरण

- १ मदिरा—मदिरा भोजन नहीं है, मदिरा का मस्तक पर प्रभाव, मदिरा और जीवन, मदिरा और गृह-सौख्य, मदिरा का स्वास्थ्य प्रभाव, मदिरा पर नर-स्त्रियों की सम्मतियाँ, मद्य और खाद्य, खाद्य उष्णता की माप कैलोरी से, किस मद्य में कितना मादक द्रव्य होता है, मदिरा की औषध की रीति पर उपयोग, भारत और मदिरा, नेशन पत्र का लिखना ।
- २ तंबाकू—तम्बाकू विष है, विषैला प्रभाव, तम्बाकू के विषय में विद्वानों की राय ।
- ३ अफीम और गाँजा ।
- ४ अन्य द्रव्य—भाँग, चरस, गाँजा, कोकीन, पान, चाय, क़हवा, कोको, कचालू, चटनी, अचार और गर्म मसाले विज्ञापनबाज़ और पेटेंट दवाइयाँ, माँसाहार, मांस-भक्षण की दृष्टि से डॉक्टरों की संख्या, मीठा और

मांस, पशुओं पर दया, मांस-भक्षण के विरुद्ध युक्ति,
मांस और रोग ।

अध्याय दसवाँ

(रोग-कीटाणु और घर के दुश्मन जंतु)

प्रकरण

- १ कीटाणु उपयोगी कीटाणु, परिमाण, कीटाणुओं की खेती, कीटाणुओं का विष, कीटाणु शरीर में कैसे प्रवेश करते हैं, मक्खी और रोग, दूसरे भय, छूत के कीटाणु, शरीर में रोग-जन्तुओं से युद्ध, रोग नाशक क्षमता और सुई, मियादी रोग, कीटाणुओं से कैसे रक्षा हो सकती है ।
- २ घर के दुश्मन जन्तु — मक्खी, जुएँ और जमजुएँ, उपाय, खटमल ।

अध्याय ग्यारहवाँ (जड़ी-बूटी)

प्रकरण

- १ अशोक - विवरण, गुण-दोष और उपयोग ।
अशोक-घृत, अशोकावलेह, अशोकादि काथ ।
- २ अड़ूसा — अड़ूसे के गुण, विशेष विवरण, उपयोग, वासा-स्वरस, वासावलेह, वासासव, गुर्दे के दर्द पर, दम नाशक सिगरेट ।
- ३ ढाका ।

- ४ आँवला—आँवले के गुण, विवरण, उपयोग, श्यवन-
प्राश सेवन की सामान्य विधि, आँवले का तेल ।
- ५ त्रोलमोगरा ।
- ६ तुलसी-गुण, विवरण, उपयोग, वनतुलसी, पहचान ।
- ७ ब्राह्मी—विवरण, गुण, धर्म, उपयोग, ब्राह्मी-घृत,
सारस्वतारिष्ट, सारस्वत-घृत, ब्राह्मी रसायन, मेघ्य
रसायन ।
- ८ लहसुन- नीम, निंव-सख, निंवादि चूर्ण, निंब हरिद्र-
खंड, घी-तेल, अपस्मार का आनुभविक प्रयोग, दूसरा
उपाय, अर्श का उत्तम उपाय, निंबौलियों का तेल ।
- ९ भिलावा—विवरण, गुण-धर्म और उपयोग, हैजे का
अकसीर उपाय, वायु के रोगों पर भिलावे का निर्भयता
से उपयोग, भारी चोट का उपाय ।
- १० हल्दी—उपयोग, उपदंश रोग ।
- ११ रीठा—विवरण, गुण, दोष और उपयोग, विषों पर
प्रयोग, बिच्छू के विष पर, अनंत वायु पर, आधासीसी
हिस्टीरिया और अपस्मार पर, नष्टार्तव पर, कफ्र पर ।
- १२ आक ।

अध्याय बारहवां (मुष्टि-योग)

प्रकरण

- १ सिर-दर्द, मृगी, हिस्टीरिया, मस्तिष्क के अन्य रोग,
नेत्र-रोग, मुंडी का पाक, कान के रोग, नाक के रोग,

दाँत के रोग, मुख और जीभ के रोग, पेट के रोगों की दवा, तिखी, मुलैयन, पेट के कीड़े, घाव, फुटकर, पेचिश ।

अध्याय तेरहवाँ (प्रसिद्ध नुसखे)

प्रकरण

१ स्वर्ण-वसंत-मालती, मकरध्वज चन्द्रोदय, कस्तूरी भैरव मृतसंजीवनी सुरा, सुदर्शन-चूर्ण, दशमूल का काठा, चंद्रप्रभा, हिंगवष्टक चूर्ण, हेमगर्भ, योगराज गुगुल, वसंतकुसुमाकर, सुहागसोंठ, सितोपलादि. जवाहर मोहरा, दिवाल मुश्क मोतदिल, खमीरा गावजुबाँ अंबरी, खमीरा मरवारीद, केशरंजन तैल, जवाकुसुम तैल, अमृत धारा ।

अध्याय चौदहवाँ (खाम नुसखे)

प्रकरण

१ पारा-भस्म, पारे की गोली, कुश्ता फ्रौलाद, दूसरा, मोम का तेल, ताक़त की गोली, पाचन की गोली, शक्ति वर्द्धक अर्क, उन्मत्त अर्क, ताक़त की अंग्रेज़ी गोली, धातुल्लय पर प्रयोग, नायाब तिला, तर खुजली का अमीराना नुसखा, पुत्र उत्पन्न होगा, लज्जत का नायाब नुसखा, गर्भरोधक, चाँदी बनाना, एक नायाब नुसखा, पारे की गोली की विधि, पारद-भस्म, पारे का प्याला बनाना ।

अध्याय पन्द्रहवाँ (धातुओं की भस्म)

प्रकरण

- १ स्वर्ण—स्वर्ण-भस्म, चाँदी, चाँदी-भस्म, ताम्र, ताँबे की भस्म, लौह-भस्म, मंड़ूर-भस्म, वंग-भस्म, सीसा-भस्म, आभ्रक-भस्म, स्वर्ण माक्षिक, हरताल-भस्म, संखिया-भस्म नं० १, संखिया-भस्म नं० २, सिंगरफ-भस्म, मूँगा-भस्म, हीरा-भस्म ।

अध्याय सोलहवाँ (आकस्मिक उपचार)

प्रकरण

- १ घाव और चोट—पट्टी, छाती की हड्डी टूटने पर पट्टी बांधने की रीति ,
- २ विषैले जंतुओं का काटना—सर्प, बावला कुत्ता, या गीदड़ ।
- ३ आग और पानी के उपद्रव—आग से जलना, पानी में डूबना ।
- ४ जहर खाना—उपचार, विष की जातियाँ, अम्ल विष तथा उपचार, क्षार विष तथा उपचार, सीसे का चूरा तथा उपचार, मिट्टी का तेल तथा उपचार, अफ्रीम और मारफिया तथा उपचार, धतूरा तथा उपचार, शराब, भंग-गाँजा-चरस तथा उपचार, कुचला और संखिया तथा उपचार, लू लगना तथा उपचार, फौसी आदि से गला घुटना, बेहोशी ।

- ५ कृत्रिम श्वास-क्रिया—बेहोशी की हालत में श्वास सँभाल, श्वास चेतावनी ।

अध्याय सत्रहवाँ (रोगी की सेवा)

प्रकरण

- १ सेवा-धर्म ।
- २ रोगी के योग्य घर—साफ़ हवा, रोगी के कमरे में जलती हुई अँगीठी, परिश्रम, रोगी के कमरे को गर्मी पहुँचाना, हवा का बचाव ।
- ३ फुटकर व्यवस्था—शोरगुल, मुलाकाती, काम-काज, चिकित्सा का चुनाव, धूर्त, मुख और अताई वैद्य-डाक्टर, चिकित्सक का लक्षण, चिकित्सक के बुलाने का समय, दूत, दूत के कर्म ।
- ४ औषध—अच्छी औषध, औषध के प्रकार, चालाक पंसारी, दवाइयों का बाहरी प्रयोग, औषध का समय प्रयोग, औषध का पिलाना ।
- ५ पथ्य—भिन्न-भिन्न रोगों में पथ्यापथ्य ।
- ६ परिचारक—परिचारक के गुण, परिचारक के इतने काम हैं ।
- ७ आवश्यकीय ज्ञान—थर्मामीटर, अरिष्ट ज्ञान, श्वास श्वास रोगों के अरिष्ट लक्षण ।
- ८ रोगियों के सम्बन्ध में विशेष ज्ञातव्य—शीघ्र आराम होने योग्य रोगी, दिन में सोने-न-सोने योग्य

रोगी, रोगी की शारीरिक स्वच्छता, रोग-मुक्त होने पर ।

अध्याय अठारहवाँ (तपेदिक)

प्रकरण

१ क्या तपेदिक असाध्य है—तपेदिक क्या है, तपेदिक के प्रधान चिह्न तपेदिक के भेद, पुरतैनी तपेदिक पैदा होने के कारण, तपेदिक के कीड़े किस तरह जिस्म में पहुँचते हैं, तपेदिक फैलने के साधन, पुरतैनी तपेदिक से संतान को बचाने के उपाय, बच्चों की कसरतें, तपेदिक को नष्ट करने के साधन, तपेदिक के रोगी के थूकने का प्रबन्ध, तपेदिक के रोगी का घर में रहने का प्रबन्ध, तपेदिक का इलाज, आब-हवा, आहार-विहार, आरोग्य होने पर ।

अध्याय उन्नीसवाँ (हैज़ा)

प्रकरण

१ हमारे प्राचीन विचार और अंधविश्वास—हैज़े का इतिहास, हैज़े की उत्पत्ति के कारण, हैज़े का ज़हर फैलने की रीति, हैज़े के लक्षण, हैज़े के प्रभाव से होने वाले शारीरिक परिवर्तन, हैज़े की चिकित्सा, हैज़े का बन्दोबस्त, म्युनिसिपैलिटियों का कर्तव्य ।

अध्याय बीसवाँ (प्लेग)

प्रकरण

१ प्लेग का इतिहास—उत्पत्ति का कारण, चिन्ह और चिकित्सा ।

अध्याय इक्कीसवाँ (कुछ महत्त्वपूर्ण रोग)

प्रकरण

१ मोतीभरा या टाईफाइड ज्वर—उत्पत्ति और लक्षण, उसकी छूत, उत्पत्ति के कारण, उपाय, मोतीभरा रोकने के उपाय ।

२ इन्फ्ल्युएंजा और जुकाम—जुकाम, रोक-थाम, चिकित्सा, गद्दूद और गला बैठ जाना ।

३ निमोनिया और प्लुरिसी—उपचार, बच्चों की पसली चलना, प्लुरिसी ।

४ मलेरिया—मलेरिया के कीटाणु, मलेरिया कैसे रोका जाय, लक्षण, चिकित्सा ।

५ संग्रहणी और अतिसार—अतिसार, कारण, लक्षण, उपचार, पेचिश, संग्रहणी, उपचार ।

६ मंदाग्नि, बद्धकोष्ठ और बवासीर—मंदाग्नि, उपाय, बद्धकोष्ठ, उपचार, बवासीर, उपचार ।

७ इस देश के छूत के रोग—चेचक, चेचक का विष, लक्षण, टीका, टीके की संभाल, चेचक के रोगी की

सँभाल, चेशक की चिकित्सा, खसरा, उपचार, छोटी मात्ता ।

८ विदेशों से आये कूत के रोग—टाइफ़स, कारण, लक्षण, चिकित्सा, डेंग्यू, उपचार, डिप्थीरिया या कंठरोहणी, लक्षण, उपचार, पीला ज्वर, उपचार, अकाल ज्वर, (रिलेप्सिंग फ़ीवर) लक्षण, उपचार, काली खाँसी, लक्षण, उपचार ।

९ कूत की बीमारियों से बचने के उपाय—कूत की बीमारी का अस्पताल ।

१० त्वचा के रोग—खुजली, लक्षण, चिकित्सा, अलाइयाँ या मरोदियाँ, चिकित्सा, एग्ज़ेमा या छाजन, चिकित्सा, दाद, चिकित्सा, फोड़े और घाव, उपाय ।

११ कृमि-रोग—कँचुआ, उपचार, कँचुए कैसे रोके जाते हैं, कड़ुदाना, मुख्य लक्षण, इनके फैलने की रीति और रोकने का उपाय, उपचार, चुनमुने, उपचार ।

१२ फुटकर रोग—मुँह आ जाना, हिचकी, नकसीर, अंडकोष उतर आना, जोड़ों का दर्द और गठिया, मृगी या हिस्टीरिया, उपचार, अन्य वस्तु निगल जाना, शूल ।

अध्याय बाईसवाँ (स्वाभाविक चिकित्साएँ)

प्रकरण

१ सूर्य-ज्योति-चिकित्सा—सूर्य का रँग, रँगों का

शरीर पर प्रभाव, रँगों के रोग-नाशक गुण, खास-खास रँगों का खास-खास रोगों पर प्रभाव, प्रयोग की विधि ।

२ उपवास-चिकित्सा—रोग और उपवास, उपवास की रीति, नींद और प्यास, एनीमा, उपवास न करने योग्य, विशेष बात, उपवास की समाप्ति, उपवास के अनुभव. विचारणीय बातें ।

३ दुग्ध चिकित्सा

४ अन्य चिकित्सा—मिट्टी की चिकित्सा, आध्यात्म-चिकित्सा, सहायक चिकित्सा ।

अध्याय तेईसवाँ (यौवन-रक्षा)

प्रकरण

१ यौवन-आगम—बालक के स्वभाव पर माता-पिता की वयस का प्रभाव, स्कूली शिक्षा, नागरिक जीवन की सँभाल, सन्तानों की धार्मिक शिक्षा और सात्विक जीवन का प्रबन्ध, सदाचार, संयम ।

अध्याय चौबीसवाँ (व्यभिचार)

प्रकरण

१ स्वाभाविक स्त्री-प्रसंग ।

२ व्यभिचार का शरीर पर प्रभाव—स्पष्ट प्रभाव, अप्रकट प्रभाव, आमाशय पर प्रभाव, मूत्राशय पर

प्रभाव, रीढ़ की हड्डी, मस्तिष्क पर प्रभाव, सामूहिक प्रभाव, व्यभिचार का आत्मा पर प्रभाव, व्यभिचार का सामाजिक संगठन पर प्रभाव ।

- २ व्यभिचार-जन्य महारोग—प्रमेह, मूत्र ग्रंथि-प्रदाह, मूत्राघात, मूत्रकृच्छ्र, बेखबरी में मूत्र-त्याग, शुक्र-स्त्राव, बहुमूत्र, स्वप्न-दोष, शीघ्रपतन, सुज्ञाक, आतशक (गर्मी, उपदंश, सिफिलिस), प्रथम अवस्था, द्वितीय अवस्था, तृतीय अवस्था, पैत्रिक प्रभाव, उपदंश-रोग का परिणाम, नपुंसकता, शर्कराबुद, गठिया (संधिवात), दर्दगुर्दा, भगंदर, कुष्ठ, स्त्रियों के विशेष रोग, प्रदर, वाधक रोग, हरिष्पीडा, हिस्टीरिया, जरायु-प्रदाह, जरायु-अर्बुद, जरायु की स्थान-च्युति, डिंब-कोष प्रदाह, योनि-प्रदाह, कामोन्माद, वंध्यात्व ।
- ४ इन महारोगों की चिकित्सा—प्रमेह-चिकित्सा, धातु-वर्द्धक प्रयोग, नपुंसक, सुज्ञाक, आतशक, खाने की दवा, आतशक के मरहम, स्त्रियों के रोग, पुष्यानुग चूर्ण, हिस्टीरिया-उपचार, जरायुदाह-उपचार, जरायु-अर्बुद-उपचार, जरायु-स्थान-च्युति-उपचार, डिंब-कोष योनि-प्रदाह-उपचार, कामोन्माद-उपचार, वंध्यात्व-उपचार, फलघृत, फुटकर उपचार, भगंदर-उपचार, बद्ध-उपचार, संधिवात (गठिया), पारद-विकृति-उपचार, कुष्ठ-उपचार, दर्दगुर्दा-उपचार, शीत-काल में सेवन

योग्य पाक, पाक सेवन करने में वैज्ञानिक युक्ति, कस्तूरी-पत्रक, मदन-मोदक, मूसली-पाक, एक उत्कृष्ट वीर्य-वर्द्धक पाक, गान्जर-पाक ।

अध्याय पच्चीसवाँ

स्त्रियों का स्वास्थ्य और व्यायाम

प्रकरण

- १ स्त्रियों की स्वास्थ्य-हानि—स्त्रियों की हीनावस्था के लक्षण, उसके कारण, बाल-विवाह, उत्तम भोजन का न मिलना, पतियों, घरवालों और समाज का दुर्व्यवहार, वर्तमान सभ्यता और शिक्षा, कुसंग, सामाजिक कुरीतियाँ, धन की बाहुल्यता, डंबल की कसरतें, व्यायाम से लाभ, व्यायाम की मात्रा तथा अधिक व्यायाम से हानि, व्यायाम का प्रारम्भ, तेल-मालिश ।

अध्याय छब्बीसवाँ (सौंदर्य-विज्ञान)

प्रकरण

- १ सौंदर्य की व्याख्या—स्वास्थ्य का सौंदर्य पर प्रभाव, स्वभाव और मानसिक भावों का सौंदर्य पर प्रभाव, सौंदर्य नाश के कारण स्वरूप रीति-रस्म, आदतें और रोग ।
- २ सौंदर्य के लिये आवश्यक बातें ।
- ३ केश-सौंदर्य—बाल धोने की रीति, कंधी या ब्रुश

करना, सेल बनाने की विधि, केश बाँधना, बालों का गिरना, बालों का सफेद होना, खिजाव, बालों को घूँघरवाले बनाना ।

४ मुख-सौंदर्य—नेत्र, नेत्रों के भिन्न-भिन्न भाव, पलक, भौंह, नाक, कान, ओष्ठ, दांत, कीड़ा, दंत-मैल, मुख-दुर्गंध, कंठ-स्वर, ठोड़ी, गाल ।

५ वक्षस्थल और धड़—स्तनों का उभार, कमर और पेट, समविभक्त शरीर, कृशता, कंधे और गर्दन ।

६ हाथ और बाहु—भुजाओं की मालिश, नाखून ।

७ पैर—गहने, पैरों का फटना, पैर में फसीना ।

८ चमड़ी की रङ्गत—भोजन का रंगत पर प्रभाव, बाहरी चीजों, बफारा, साबुन का प्रयोग, धूप का प्रभाव, हार्दिक भावों का प्रभाव, शरीर-यंत्रों का त्वचा पर प्रभाव ।

अध्याय सत्ताइसवां (दीर्घजीवन)

प्रकरण

१ क्या आयु बढ़ सकती है ?—अविवाहित अधिक मरते हैं ।

२ दीर्घायु होने की रीतियाँ—सोम-प्रयोग, वनस्पतियाँ, इनके उत्पत्ति-स्थान ।

अध्याय अट्ठाईसवां (गृह-निर्माण-कंला)

प्रकरण

१ विचारने योग्य बातें—नागरिकता के खतरे, वायु, बच्चों की मृत्यु, बच्चों की मृत्यु का मूल-कारण, नवजात बच्चों की मृत्यु का कारण, लोगों का अज्ञान, पापवाने, सड़कें और गलियां, पशु, खोंचेवाले, नालियां, वाटर-वर्क्स, खाद्य पदार्थ, धुआँ, खाद-कूड़ा, तङ्ग गली और मकान, सफ़ाई की आवश्यकता, म्युनिसिपैलिटियों का कर्तव्य, गवर्नमेण्ट क्या कर रही है, सरकार को क्या करना चाहिये ।

२ खास बातें ।

अध्याय उनतीसवां (उपयोगी बातें)

प्रकरण

१ हस्तरेखा-विद्या—हाथ की बनावट, रेखाएँ, अन्य चिह्न ।

२ मस्तिष्क-विद्या—कपाल, बाल, भौंह, बिरौनी, आँखें, कान, होंठ, दाँत, जीभ, मुख, गाल और ठोड़ी, गर्दन, मस्तिष्क के भाव ।

३ स्वप्न-विज्ञान ।

४ आकृति-विज्ञान ।

अध्याय तीसवां (आध्यात्म-तत्त्व)

प्रकरण

१ आत्मा क्या है शरीर और आत्मा का संयोग,
पु नर्लन्म, प्रारब्ध, उपनिषद्-तत्त्व, गीता-सार, सर्व-
शक्तिमान् परमेश्वर, आत्मवत् सर्वभूतेषु ।

सादे चित्रों की सूची

१ स्वस्थ पुरुष । २ स्वस्थ पुरुष के शरीर की गठन ।
३ स्वस्थ पुरुष की मांस-पेशियाँ । ४ स्वस्थ पुरुष की
बाहरी गठन । ५ नैरोग्य शरीर की स्वाभाविक माप ।
६ स्वस्थ शरीर की दृढ़ता । ७ स्वस्थ लड़के और लड़कियों
का क्रद और वज़न अनुमान से । ८ स्वस्थ पुरुषों का क्रद
और वज़न अनुमान से । ९ कुएँ का गोला । १० जल को
घरेलू रीति से शुद्ध करने की रीति । ११ पढ़ने के लिये
बैठनेकी शुद्ध रीति । २ पढ़ने के लिये बैठने की ग़लत
रीति । १३-२६ रोगोत्पादक साधन (१४ चित्र) ।
२७ काढ़ने के लिये बैठने की शुद्धि रीति । २८ काढ़ने के
लिये बैठने की ग़लत रीति । २९ लिखने के लिये बैठने
की ग़लत रीति । ३० लिखने के लिये बैठने की शुद्ध
रीति । ३१ चलने की ग़लत रीति । ३२ चलने का शुद्ध
रीति । ३३ बैठने की ग़लत रीति । ३४ बैठने की शुद्ध
रीति । ३५ त्वचा की भीतरी बनावट । ३६ अस्थि-कंकाल ।

३७ वक्ष-गह्वर और वस्ति । ३८ पृष्ठ-वंश-कशेरुका । ३९ हाथ की माँस-पेशियों की गठन । ४० उरोगुहा और उदर-गुहा के भीतरी अंग । ४१ फुफ्फुस या फेफड़ा । ४२ हृदय का कल्पित चित्र । ४३ आहार-मालिका । ४४ गुर्दे और मूत्र-वस्ति । ४५ खोपड़ी का ऊपरी पृष्ठ । ४६ मस्तिष्क । ४७ मस्तिष्क की कार्य-प्रणाली । ४८ पुरुष जननेन्द्रिय । ४९ शिश्न की बनावट । ५० शिश्न-दंडिका की सूक्ष्म रचना, सूक्ष्मदर्शक यंत्र द्वारा बढ़ाई हुई । ५१ मूत्राशय का पिछला भाग । ५२ अंड तथा उपांड । ५३ अंड और उपांड की रचना । ५४ अंडकोष-छेदित । ५५ शुक्र-कीट । ५६ शुक्र-कीट परिवर्धित । ५७ नारी-जननेन्द्रिय । ५८ गर्भाशय लग्गवर्द्ध के रूप कटा हुआ । ५९ उदर में गर्भाशय का स्थान और उसके विभाग । ६० गर्भाशय के स्थान का भीतरी विवरण । ६१ प्रवेश-द्वार का व्यास । ६२ वस्ति-गुहा के भाग । ६३ वस्ति-गुहा का अक्ष । ६४ अंतरीय स्त्री-जननेन्द्रिय । ६५ डिंब-कोष की रचना । ६६ बच्चे-दानी की लुआवदार झिल्ली । ६७ बच्चे-दानी की झिल्ली गर्भ पर लिपटी है । ६८ इस झिल्ली की बनावट । ६९-७४ गर्भ की क्रमशः उत्पत्ति (६ चित्र) । ७५-७७ गर्भ की क्रमशः वृद्धि (३ चित्र) । ७८ आँवला की बनावट । ७९ गर्भ की मासिक वृद्धि । ८० पाँच सप्ताह का गर्भ । ८१ आठ सप्ताह का गर्भ । ८२ गर्भ का विकास । ८३

उदरस्थ गर्भ । ८४ श्रवण परीक्षा । ८५ गर्भ का रक्त-संचार
 ८६ पूर्ण गर्भ । ८७ प्रथम स्पर्शन । ८८ द्वितीय स्पर्शन ।
 ८९ तृतीय स्पर्शन । ९० चतुर्थ स्पर्शन । ९१ नाल का
 बाहर निकलना । ९२-९६ शिरोदय के भिन्न-भिन्न रूप
 (८ चित्र) । १००-१०८ प्रसव के भिन्न-भिन्न रूप
 (६ चित्र) । १०९ शिरोदय । ११० बच्चेदानी को ढकाना ।
 १११ गर्भाशय का संकुचित होना । ११२ भ्रूण-कपाल ।
 ११३ भ्रूण-कपाल का व्यास । ११४-११७ मूढ़ गर्भ के
 भिन्न-भिन्न रूप (४ चित्र) । ११८ जोड़िष्ट बच्चे । ११९
 स्वस्थ शिशु । १२० सबसे उत्तम गाढ़ी । १२१ बच्चे
 को लिटाने की रीति । १२२ दूध पिलाने के लिये उठाने
 की रीति । १२३ बोतल से दूध पिलाने की रीति ।
 १२४ बाहरी दूध पिलाने की सारिणी । १२५ बच्चे को
 तोलने की रीति । १२६ बच्चों के वस्त्र । १२७ बच्चों के
 वस्त्र । १२८ बच्चे को स्पंज करने की रीति । १२९ बच्चे
 का मुँह साफ करना । १३० बच्चे के स्नान की बैयारी ।
 १३१ बच्चे का स्नान । १३२ बच्चे का विस्तर । १३३
 दूध का वैज्ञानिक विश्लेषण । १३४ उनके मूल-अवयव की
 सारिणी । १३५-१३७ खाद्य उष्णता की माप कैलोरी से
 (२ चित्र) । १३८ किस मद्य में कितना मद है । १३९
 मांस और वनस्पति के पोषण-तत्व की सारिणी । १४० मांस
 भक्षण की दृष्टि से डॉक्टरों की संख्या । १४१-१४३ पिस्तू

की अवस्थाएँ (३ चित्र) । १४४ मक्खी की टाँग में हज़ारों रोग-जन्तु लिपट रहे हैं । १४५-१४८ मक्खियों की चार अवस्थाएँ (४ चित्र) १४९-१५१ मक्खी की टाँग में लिपटे हुए कीटाणु (३ चित्र) । १५२ शीशे पर मक्खी ने इतने कीटाणु छोड़े हैं । १५३ चौड़ी पट्टी पर हाथ लटकाया गया है । १५४-१५५ सकरी पट्टी पर हाथ लटकाया है । (२ चित्र) । १५६ बाँह की ऊपर की हड्डी टूट गई है । १५७ हाथ हृदय से ऊँचा करने से खून निकलना बंद हो गया है । १५८ पैर ऊपर उठाने से रक्त कम बहेगा । १५९-१६० रीफ़ गाँठ, ग्रैनी गाँठ (२ चित्र) १६१-१६३ पट्टी बाँधने की रीति (३ चित्र) । १६७ सिर की पट्टी । १६८-१७० सिर की चोटें (३ चित्र) १७१ जवाड़ा टूट गया है । १७२-१८१ भिन्न-भिन्न अंगों पर पट्टियाँ बाँधने की रीति (१० चित्र) । १८२-१८४ हाथ से रुमाल से बाँधकर गले में लटका लेने की रीति (३ चित्र) १८५-१८८ पैरों पर पट्टियाँ बाँधने की भिन्न-भिन्न रीतियाँ (४ चित्र) १८९ कुहनों के जोड़ उखड़ने पर ऐसी लकड़ी बनाओ । १९० छाती का भाग । १९१ पीठ का भाग । १९२ पैर की हड्डी टूटना । १९३ जाँघ की हड्डी टूट जाने पर । १९४ छाता और छड़ी से टाँग बाँधना । १९५ कुदाल और लाठी से बाँधना । १९६-१९८ स्ट्रेचर के भिन्न-भिन्न रूप (३ चित्र) १९९ ज़हरी दाँत । २००

कुहनी के ऊपर बाँध । २०१ बेहोश आदमी को आग लगे
 हुए घर से निकालना । २०२ धुआँ-भरे घर में से घसीट
 कर ले जाना । २०३ मुँह से पानी निकालने की रीति ।
 २०४ बालक का पानी निकालना । २०५ पानी निकालने
 की दूसरी रीति । २०६ कृत्रिम श्वास दिलाने की रीति ।
 २०७ दूसरी रीति । २०८ कृत्रिम श्वास की पहली रीति ।
 २०९ कृत्रिम श्वास की दूसरी रीति । २१० नाड़ी की
 गति जानने की सारिणी । २११-२१६ तपेदिक उत्पन्न
 करने के साधन (६ चित्र) । २१६, २२० तपेदिक फैलने
 के साधन (४ चित्र) । २२१-२२५ तपेदिक को नष्ट
 करने के साधन (५ चित्र) । २२५-२३२ तपेदिक को
 नष्ट करने के साधन (६ चित्र) । २३२ मच्छर । २३३
 मच्छर क्यूलेक्स । २३४ मच्छर एनाफेलीज़ । २३५
 मलेरिया के कीटाणुओं की वृद्धि । २३६ खास-खास रंगों
 का खास-खास रोगों पर प्रभाव । २३७ आतशक के
 कीटाणु । २३८ रोग की प्रथम अवस्था (स्त्री) । २३९
 रोग की प्रथम अवस्था (पुरुष) । रोग की द्वितीय अवस्था
 (स्त्री) । २४१ रोग की द्वितीय अवस्था (पुरुष) ।
 २४२ रोग की तृतीय अवस्था (पुरुष) । २४२ आतशक ।
 रोगी की संतान की गुदा सब गई है । २४५ तृतीय अवस्था
 में जीभ सब गई है । २४५ सर्वांग में विष फूट निकला
 (स्त्री) । २४६ पित्त के अपराध का दंड पुत्र हस्त

भयानक रीति से भोग रहा है । २४६ स्त्री-व्यायाम-डंबल
 की कसरत, २४८, २४९, २५०, २५१, २५२, २५३, २५४
 २५५ । स्त्री-व्यायाम-डंबल की कसरत, २५६, २५७, २५८,
 २५९, २६०, २६१, २६२, २६३ । २६४ । स्त्री-व्यायाम
 की कसरत । २६५ व्यायाम से सुगठित पुरुष शरीर । २६६
 व्यायाम से सुगठित स्त्री शरीर । २६७-२७० व्यायाम से
 सुगठित शरीर (४ चित्र) । २७१ धीरे-धीरे पैर उठाओ ।
 २७२ एक पैर सीधा उठाओ । २७३ कमर झुकाओ और
 पैरों को तान दो । २७४ कंधे के बल उलट जाओ । २७५
 सर्वाङ्ग-सुन्दरी स्त्री । २७६ सुन्दरी, किंतु उदर, वक्ष और
 कंधे दोष-पूर्ण । २७७ खूब चौड़ा ठोस वक्षस्थल । २७८
 लम्बी सुडौल भुजाएँ । २७९ सुगठित बाहु और वक्ष । २८०
 उदर । २८१ एक सुन्दरी अपराधी स्त्री । २८२ सुगठित
 बाहु, वक्ष और उदर । २८३ गर्दन और कंधे । २८४ जर्मन-
 महिला के नेत्र । २८५ जर्मन-कुमारी के नेत्र । २८६ चर्बी-
 रहित उदर । २८७ स्वस्थ शरीर और मस्तिष्क का विकास ।
 २८८ जंघाएँ और पिंडलियाँ । २८९ शोक-पूर्ण उदास
 मुख । २९० उदर, जंघा और पिंडलियाँ । १९१ पुरुष-
 वक्षस्थल, धड़ और भुज-दंड । २९२ वक्षस्थल, धड़ और
 भुजा । २९३ सुडौल—सुन्दर मुख । २९४ सुन्दर नेत्र ।
 २९५-२९६ नेत्रों के भिन्न-भिन्न भाव—उपेक्षा, इच्छा,
 लालसा, कामना, उद्दीपन (५ चित्र) । ३०० पूर्ण स्वस्थ

वक्षस्थल और धड़ । ३०१ परिपूर्ण शरीर । ३०२ प्रख्यात
 सिनेमा-नटी कुमारी लक्ष्मी । ३०३ सुन्दरी स्त्री का दोष-
 पूर्ण कंधा । ३०४ सुझौल हाथ और बाहु । ३०५ हाथ को
 सुन्दर बनाने की रीति के चित्र, ३०६, ३०७, ३०८,
 ३०९, ३१०, ३११, ३१२ । ३१३ सुन्दर पैर । ३१४
 सुन्दर कूल्हे, पिंडलियाँ और जाँघ । ३१५ कूल्हे और टाँगें ।
 ३१६ सुन्दर जाँघ और टाँगें तथा पैर । ३१७ शिथिल
 टाँग । ३१८ रोगी टाँग । ३१९ हिन्दुस्तानी ढंग की
 दुमंजिली आरोग्यप्रद हवेली का बाहरी मुख । ३२० पहली
 मंजिल का मान-चित्र । ३२१ दूसरी मंजिल का मान-चित्र ।
 ३२२ अँगरेज़ी ढंग के उत्तम बँगले का मान-चित्र—पहली
 मंजिल । ३२३ दूसरी मंजिल का मान-चित्र । ३२४ छोटे
 परिवार के योग्य एकमंजिला कोठी का मान-चित्र । ३२५
 बगीचे में बनाने योग्य कोठी का मान-चित्र । ३२६ एक
 सादा छोटे बँगले का मान-चित्र । ३२७ अहर के किनारे
 खुलासा जगह में बनाने योग्य कोठी का मान-चित्र । ३२८
 देहात में बनाने योग्य एक मंजिल घर का मान-चित्र ।
 ३२९ हिन्दुस्तानियों के लिये अनुकूल अँगरेज़ी ढंग की
 कोठी का मान-चित्र ।

रंगीन चित्रों की सूची

- | | | |
|------------------|------------------|------------|
| १ कवर-डिज़ाइन | २ आरोग्य-शास्त्र | (तिरंगा) |
| ३ पूज्य पिताश्री | ४ ग्रन्थकार | (दुरंगा) |

आरोग्यशास्त्र पर कुछ चुने हुए विद्वानों और पत्रों की मम्मतियाँ—

चार शिक्षा-विभाग के उच्चाधिकारी
महामनीषिवर पूज्य श्री० मालवीय जी
महाराज—

“पुस्तक बहुत सुन्दर है, शास्त्री जी को अनेक
धन्यवाद”

महामहोपाध्याय डाक्टर पं० गंगानाथ भा,
M. A., LL. D, D. Lit. वाइस चान्सलर
इलाहाबाद यूनिवर्सिटी—

“...ग्रन्थ गाम्भीर्य, सौशब्द-य, आदि गुणों से युक्त,
परम लोकोपयोगी और अति अद्भुत है...” (संस्कृत से)

आनरेबुल मु० नारायण प्रसाद अण्ठाना, एडवोकेट
हार्डकोर्ट, वाइस चान्सलर आगरा युनिवर्सिटी, मैम्बर
आफ कौन्सिल आफ स्टेट—

“...पुस्तक, स्वास्थ्य सम्बन्धी नियमों का ज्ञान कराने वाली
युग-परिवर्तनकारी पुस्तक है ।...इस पुस्तक से शास्त्री जी
की और भी प्रसिद्धि होगी ।...मैं चाहता हूँ, प्रत्येक
सद्ग्रहस्थ नित्य के इस्तेमाल के लिए पुस्तक अपने पास
रखे । (अंग्रेज़ी से)

डि० डाइरेक्टर ऑफ पब्लिक इन्स्ट्रक्शन बिहार
उड़ीसा—

“.....आरोग्यशास्त्र हाईस्कूलों की लाइब्रेरियों
और इनामों के लिये उपयुक्त समझा गया है वह आगामी
सूची में दर्ज करलिया जायगा.....।” (अंग्रेजी से)

चार उच्च राजवर्गी महोदय

सुप्रदीप्त मान्यवर कमांडिंग जनरल श्रीमोहन-
शमशेरजंग बहादुर राणा K. C. S. I., नैपाल—

“...पुस्तक जनसाधारण को बहुत उपयोगी होगी
और आयुर्वेदके विद्यार्थी व अभ्यास करने वालों को विशेषतः
सहायता करने वाली है.....।”

हिन्दी के उदीयमान लेखक—राजकुमार
श्रीरघुवीरसिंहजी B. A. LL. B. सीतामऊ C. I.

“.....आरोग्य शास्त्र हिन्दी के लिए एक गर्व की
वस्तु है.....हिन्दी में ऐसे ग्रन्थों का प्रकाशित होना देख
मैं आबाग्रह गया हूँ। आपका यह असाधारण प्रयास
धन्य है.....।”

रावबहादुर श्रीठाकुर साहेब जोबनेर, श्री नरेन्द्र-
सिंहजी, एड्युकेशनल मिनिस्टर और सीनियर मेम्बर
स्टेट कौंसिल—जयपुर राज्य—

“..... यह अपने ढँग की प्रथम पुस्तक है, लेखक ने जो सागर इस गागर में भरा है वह वर्णनातीत है, आरोग्य शास्त्र के प्रत्येक अंगोपांग को जो तारतम्य दिया है, निरा निराला है।”

हिज हाईनेस महाराजाधिराज बनारस के
ए० डी० सी० लेफ्टिनेन्ट कुमुदचन्द्र चौधरी—

“यह प्रत्येक घरमें रखने योग्य एक अति उपयोगी पुस्तक है.....।”

चार उच्च धर्माचार्य

काशी श्रीविश्वनाथ मंदिर के महामान्य महन्तश्री
पं० महाबीर प्रसादजी महाराज—

“.....ग्रन्थ असाधारण है, इसमें पाश्चात्य और पूर्वीय सिद्धान्तों का अद्भुत सम्मेलन है। जो बड़ी विद्वत्ता और परिश्रम से सम्पादन किया गया है। ...ग्रन्थ मनुष्य मात्र को नित्य पाठ करना चाहिये।।”

राधास्वामी सम्प्रदाय के परम आदरणीय धर्माचार्य, दयालबाग आगरा के श्री हुजूर साहेबजी महाराज—

“.....कुछ दिन पूर्व मैंने डा० सेलमन साहेब की बनाई और पुना की किसी ईसाई संस्था से प्रकाशित एक

पुस्तक देखी थी । उसे देखकर मन में विचार उत्पन्न हुआ था कि ऐसी पुस्तक हिन्दी में प्रकाशित हो तो भारत के करोड़ों पीड़ितों को लाभ हो । आप के 'आरोग्य शास्त्र, ने मेरी आशा से कहीं बहुत अधिक मेरी इस इच्छा को पूर्ण कर दिया ।”

परम आदरणीय श्रीस्वामी आनन्दभिक्षुजी महाराज, दलितोद्धार संघ के सभापति—

“.....आपने अपूर्व ग्रन्थ लिखा । सर्व सधारण के लिए इसकी बड़ी जरूरत थी.....।”

श्री स्वामी जीवानन्द जी महाराज भारती—

“.....इस ग्रन्थ को लिखकर आपने अपनी विद्या को सार्थक कर दिया । आप धन्य हैं.....।”

चार प्रमुख डाक्टर

महामहोपाध्याय कविराज श्रीगणनाथ सेन, सरस्वती, M. A., L. M. S. विद्यानिधि, कविभूषण, अ० भा० आयुर्वेद महासम्मेलन और विद्यापीठ के सभापति—

“.....ग्रन्थ अति उपयोगी है, खूब परिश्रम हुआ है।” (संस्कृत से)

कैप्टिन के० एस० निगम, M. D., F. R. E. S.,
रीडर इन सरजरी, किंग जार्ज मेडिकल कालेज--
लखनऊ—

“..... पुस्तक हिन्दी प्रेमियों और अंग्रेजी से
अनभिज्ञों के लिये बहुत लाभदायक एवं मनोरंजक
है।”

कैप्टिन R. S. गुप्ता, M. B. B. S., D. T. M. &
H. M. R. C. P. (E) इन्चार्ज मेडिकल आफिसर
बलरामपुर अस्पताल, लखनऊ—

“..... ग्रन्थकार ने अथक परिश्रम किया है। भाषा
सरल है और ग्रन्थ चित्रों से भरपूर है। मेरी हृदय सम्मति
है कि पुस्तक सर्वसाधारण की प्रत्येक स्वास्थ्य सम्बन्धी
आवश्यकताओं को पूरी करेगी।।

डा० त्रिलोकीनाथ वर्मा B. Sc., M. B. B. S., F.
R. F. P. S. (ग्लासगो) D. T. M. (लिवरपूल)
L. M. (डब्लिन) फैलो रायल सोसायटी ऑफ़
ट्रोपिकल मेडिशनस एण्ड हाइजीन लन्डन। भूतपूर्व
सीनियर प्रोफेसर एनाटोमी किंग जार्ज मेडिकल
कालेज, लखनऊ—

“..... पुस्तक को सर्वाङ्ग में परिपूर्ण बनाने में
कुछ कसर उठा नहीं रखी गई, यह पुस्तक औषध शास्त्र

और स्वास्थ्य विज्ञान पर एक परिपूर्ण 'इनसाइक्लोपेडिया' है। पुस्तक सर्वसाधारण और विद्यार्थी दोनों के लिये समान लाभदायक है।" (अंग्रेजी से)

चार लोक प्रख्यात वैद्य

राजपूताने के लोकविख्यात राजवैद्य, जयपुर संस्कृत कालेज के आयुर्वेद विभाग के प्रधान प्राचार्य, आयुर्वेद शास्त्र के प्रकाण्ड पण्डित, आयुर्वेद मार्गण्ड श्री स्वामी लक्ष्मीरामजी महाराज—

".....ग्रन्थ रत्न को देखकर अत्यन्त सन्तुष्ट हुआ। इसमें सद्ग्रन्थों के उपयोगी विषयों को खूब सुन्दर रीति से चुना गया है। मैं विश्वास करता हूँ कि मातृभाषा के भाषागार में इस उज्ज्वल ग्रन्थरत्न का खूब आदर होगा।" (संस्कृत से)

अखिल भारतवर्षीय आयुर्वेद महामण्डल के सभापति, अ० भा० आ० विद्यापीठ के सदस्य—, प्रयाग के प्रख्यात चिकित्सक, आयुर्वेदपञ्चानन प० जगन्नाथप्रसाद शुक्ल-भिषङ्मणि, सम्पादक सुधानिधि—

"...पुस्तक बड़े परिश्रम के साथ लिखी गई है। और स्त्री पुरुष सभी के काम की है। यदि आयुर्वेद विद्यापीठ के

परीक्षा के लिये साधारण ज्ञान प्राप्ति (जनरल नालेज) के लिये इसके उन अंशों का उपयोग किया जाय जो पाठ्यक्रम में वर्णित हैं तो इससे परीक्षार्थियों को अच्छी सहायता मिल सकेगी।”

आयुर्वेद शास्त्र के महान् विद्वान्, दक्षिण भारत के श्रेष्ठ चिकित्सक, अखिल भारतवर्षीय आयुर्वेद विद्यापीठ के सभापति, पं० यादव जी त्रिकमजी आचार्य, बम्बई—

“..... पुस्तक बहुत उपयोगी, और सुन्दर है, सब आवश्यक विषयों का इसमें उचित समवेश है.....।”

राजपूताना के विख्यात चिकित्सक, पंजाब यूनिवर्सिटी के आयुर्वेद के भूतपूर्व सीनियर लेक्चरर, आयुर्वेदमहोपाध्याय श्री कल्याण-सिंह जी अजमेर—

“..... बधाई, ग्रन्थ में कोई कोर कसर नहीं रही, कलम तोड़दिबा, ग्रन्थ सैकड़ों वर्ष तक अमर रहेगा, हिन्दी साहित्य में इसकी टक्कर का कोई ग्रन्थ नहीं। यह आयुर्वेद शास्त्र के नवीन युग का नवीन ग्रन्थ हुआ। यह मनुष्य मात्र का सच्चा मित्र और सलाह कार है.....।”

चार उच्च आफीसर

माननीय राय विश्वम्भरनाथ साहेब, चीफ-जस्टिस-
चीफ कोर्ट-अवध-लखनऊ—

“..... पुस्तक में बड़े भारी प्रयत्न से कठिन और आवश्यक चिकित्सा और स्वास्थ्य सम्बन्धी विषयों को सरल भाषा में लिखा गया है। संक्षेप में, यह अपने विषय की इनसाइक्लोपेडिया है। मेरे विचार में पुस्तक सर्वसाधारण और विद्यार्थी दोनों के काम की है।..... (अंग्रेजी से)

रायबहादुर पं० शुकदेव बिहारी मिश्ररिटायर्ड दोबान
रियासत छतरपुर—

“..... इस में खूबी यह है कि पूर्वीय और पश्चात्य सिद्धान्तों को मिलाकर दोनों का लाभ पाठकों को दिया है।..... ग्रन्थ उपादेय है।”

निधाम हैदराबाद के अर्थविभाग के उच्च-
अधिकारी श्री बाबू सूर्यप्रतापजी श्रीवास्तव—

“..... लेखक अपने अनुभव, योग्यता, पाण्डित्य और प्रतिभा से जितना काम ले सकता था—इस पुस्तक में लिया है। हिन्दी संसार में उसने प्रथम ही भारी ख्याति प्राप्त कर ली है—यह उसकी असाधारण रचना है। जिस भाषा में ऐसे ग्रन्थ रत्न तैयार होने लगे उसका अहोभाग्य।

ग्रन्थ प्रत्येक गृहस्थ के गले का हार होने योग्य है । सुन्दरता की दृष्टि से ऐसी पुस्तक किसी हिन्दुस्तानी भाषा में छपी नहीं देखी गई.....।”

मेरठ के प्रसिद्ध रईस और आ० डिप्टीकलेक्टर
पं० राजेन्द्रनाथ दीक्षित B.A, L.L.B, एडवोकेटः—

“..... इस ग्रन्थ को लिखकर आपने सर्व साधारण को एक ऐसा आशीर्वाद दिया है कि जिसकी बदौलत पीढ़ियों तक उनके बाल बच्चे फलते फूलते रहेंगे । आप का यह कार्य एक महान् यज्ञ के समान पुण्य दाता है.....।”

चार श्रीमन्त सेठ महोदय

दानवीर श्रीमान् सेठ रामगोपालजी मोहता बीकानेर—

“..... पुस्तक सर्वसाधारण के ही नहीं, चिकित्सकों के भी बड़े काम की है । इससे जनता को बड़ा लाभ पहुंचेगा । ।”

दानवीर श्रीमान् सेठ घनश्यामदासजी विरला—

“..... आपकी पुस्तक अच्छी है और संग्रह करने योग्य है.....।”

श्रीयुक्त बा० राजनारायण इन्द्रवीर महरोत्रा,
मुरादाबाद—

“.....ग्रन्थ वास्तव में अद्वितीय है, और तमोम चिकित्सा-साहित्य का राजा है.....ऐसा ग्रन्थ देखने की मैंने कभी आशा न की थी.....।”

श्रीयुक्त सेठ केदारनाथजी गोइनका, मारवाड़ी पुस्तकालय के जन्मदाता, दिल्ली के प्रख्यात व्यापारी और प्रसिद्ध साहित्य सेवी—

“.....आरोग्य शास्त्र अपूर्व है, हिन्दी में ऐसी दूसरी पुस्तक नहीं। छपाई सफाई में कमाल हुआ है। मैं निरंतर पढ़ता हूँ.....।”

चार सम्पादक महोदय

श्री पण्डित दुलारेलाल जी भार्गव,—सम्पादक ‘सुधा’ लखनऊ।

“.....आरोग्य-शास्त्र आपकी अमर रचना है। यह हिन्दी साहित्य का शृङ्गार है। आशा है इसकी जनता में वह प्रतिष्ठा होगी जिसके वह योग्य है.....।”

प्रसिद्ध हिन्दी उपन्यास सम्राट्, प्रेमचन्द जी—
सम्पादक हंस, माधुरी,

“.....बीसों बड़े २ अंग्रेजी और हिन्दुस्तानी चिकित्सा और स्वास्थ्य सम्बन्धी ग्रन्थों की ज़रूरत इस एक किताब से पूरी हो जाती है। गेटप बहुत ही बढ़िया.....।”

भारत प्रख्यात 'कल्याण' पत्रके सम्पादक सांघुजीवी सेठ हनुमानप्रसाद जी पोद्दार ।

“.....ग्रन्थ बहुत बड़ा और उपादेय है, सब नहीं पढ़ पाया हूँ । परन्तु जितना पढ़ पाया हूँ उतना बहुत ही उपयोगी है.....आपके परिश्रम की क्या प्रशंसा की जाय ।... पुस्तक बहुत ही उपयोगी और संग्राह्य है...”

चाँद (उर्दू) के प्रधान सम्पादक मुंशी कन्हैयालाल साहेब M. A. L. L. B. एडवोकेट हाईकोर्ट इल्हाबाद—

“.....आरोग्य शास्त्र देखा । अपूर्व है । ऐसी सरल भाषा में ऐसे गम्भीर विषयों को ऐसे खुलासा तरीके से लिखा आप ही का काम था । आपही इसके अधिकारी थे । ठाट बाट की दृष्टि से तो ग्रन्थ बुलहिन है.....।”

चार प्रमुख पक्ष

षाड्गनियर, प्रयाग—सरस्व भाषामें स्वास्थ्य विभाग बताया गया है । अपने विषय की यह उत्कृष्ट पुस्तक है जो पूर्वीय और पश्चात्त्य सिद्धान्तों को मनन करके बनाई गई है.....।” (अंग्रेजी से)

लीडर, प्रयाग—“...पुस्तक ग्रन्थकार के पूर्वीय और पश्चात्त्य ज्ञान के पूर्ण परिचित होने का प्रमाण है ।

पुस्तक विलकुल अनुभव में आये हुये स्वास्थ्य और आरोग्य सम्बन्धी गवेषणाओं का खज़ाना है । जिन्हें जानकर मनुष्य स्वस्थ और नीरोग रह सकता है..... ।”

(अंग्रेज़ी से)

भारत, प्रयाग—शास्त्री जी ने “आरोग्य-शास्त्र, लिखकर जनसमाज का असीम कल्याण किया है । प्रत्येक सद्ग्रहस्थ तथा सद् वैद्य को एक प्रति सदा पास रखनी चाहिये..... ।”

कर्मधर, खँडुआ—..... यह पुस्तक लिखकर शास्त्री जी ने लोगों का बहुत उपकार किया है । यह १०० में ५० से अधिक अवसरों पर लोगों को शहरों की ओर उपचार के लिये दौड़ने से बचावेगी..... ।”

संजीवन-ग्रन्थमाला की

आरोग्य, गृहजीवन और गृह चिकित्सा सम्बन्धी

चालीस पुस्तकें

जिन्हें

उत्तर भारत के श्रेष्ठ चिकित्सक और महान् ग्रंथकार

आचार्य श्रीचतुरसेन शास्त्री

सब काम छोड़ लिख रहे हैं

तथा

जिन्हें हिन्दुस्तान की छः भाषाओं में प्रकाशित करने का

हमने अधिकार प्राप्त किया है

इस वर्ष में केवल हिन्दी और उर्दू के संस्करण

ही प्रकाशित होंगे ।

स्थायी ग्राहकों के नियम ।

- १—इस सूची में प्रकाशित चालीसों पुस्तकों का केवल हिन्दी उद्गु संस्करण इस वर्ष में प्रकाशित होगा । और केवल इन्हीं दो भाषाओं के ग्राहकों के नाम स्थायी ग्राहकों की श्रेणी में रजिस्टर कराये जावेंगे ।
- २—प्रत्येक पुस्तक की पृष्ठ संख्या २०० के लग भग होगी और प्रत्येक पुस्तक का मूल्य १) होगा । परन्तु स्थायी ग्राहकों को पौने मूल्य में, अर्थात् ॥) में एक पुस्तक मिलेगी । डाक खर्च ग्राहक के ज़िम्मे होगा, यदि एक पैकेट में दो तीन मित्र एक साथ पुस्तकें मंगावेंगे तो खर्च में किफ़ायत हो सकेगी ।
- ३—पुस्तकों की भाषा बहुत सरल, बोलचाल की भाषा होगी और उसे प्रत्येक स्त्री पुरुष आसानी से समझ सकेंगे ।

४—ज्यों ही कोई पुस्तक प्रकाशित होगी उसकी सूचना एक कार्ड द्वारा ग्राहक के पास भेज दी जायगी। उसके एक सप्ताह बाद वी० पी० भेजी जायगी, यदि किसी ग्राहक को कोई पुस्तक लेना अस्वीकार हो तो उन्हें उचित है कि वे तुरन्त सूचना दे दें।

५—मराठी, गुजराती, बँगला और अंग्रेजी भाषा में अनुवाद ज्यों ही तैयार हो जावेंगे त्यों ही इन भाषाओं के ग्राहकों के आर्डर रिज़र्व किये जावेंगे, और उसकी सूचना समाचार पत्रों में दे दी जायगी, इससे पूर्व इस प्रकार के पत्रों पर ध्यान नहीं दिया जायगा।

६—स्थायी ग्राहकों को कोई रकम फीस आदि भेजने की जरूरत नहीं। केवल, कार्ड पर स्थाई ग्राहक बनाने की स्वीकृति तथा नाम पता भर कर भेजना काफी होगा।

‘व्यवस्थापक’

प्रकाशन-विभाग,

चालीस ग्रन्थों की संक्षिप्त विषय सूची

- १ अमीरों के रोग—अमीर लोगों का रोगोत्पादक बुरी आदतें, मेदरोग, बहुमूत्ररोग, मधुमेह, ध्वजभंग, मन्दाग्नि, बवासीर, क्षय, तपेदिक, उन्निद्ररोग, अन्य फुटकर रोग, स्वास्थ्य विधान ।
- २-युवती शिक्षा—विवाह, विवाह के तत्काल बाद का जीवन, पति क्या चीज़ है ? सुसराल में रहना, रोग और लज्जा, नववधू की दिनचर्या, पुरानी बहू के कर्तव्य, पति का परिवार, ऋतुकाल का रहन-सहन, संयम और धैर्य, रसोई और पाक विधान, घर को सुसज्जित करना, प्रथम सन्तति, सन्तान का पोषण, पड़ोसिनें और सहेलियाँ, महमान ।
- ३-कुमारी दर्पण—कुमारियों की अच्छी आदतें, कुमारियों की बुरी आदतें, उन्हें क्या सीखना चाहिये, सूई और क़सीदे का काम, भोजन बनाना, स्वच्छता, गायन वादन कला, चित्रकारी, वस्त्र रंगना, प्राचीन चौसठ

कला चौदह विद्या, तमीज़ और सखीका, व्यायाम, व्याह शादियों के जमघट में, कन्यागीत, सफ़र की सावधानी, मेले ठेले में, आभूषण, शील और विनय, भाई बहनों और गुरुजन से बर्ताव, स्यानी कन्याएँ, माता पिताओं का संरक्षण ।

४-युवक पथ प्रदर्शक—यौवन क्या चीज़ है? युवकों की दिनचर्या, युवकों का आहार, स्कूल और कालिज का जीवन, मित्र मण्डली, पुस्तकें, व्यसन, व्यायाम और भ्रमण, कुटेव और उनसे रक्षा, सुनहरी उपदेश ।

५-नवदम्पति मित्र—दाम्पत्य रहस्य, बाल पति पत्नी, विषम जोड़, समययोग दम्पति, प्रेम मीमांसा, स्त्री पुरुष की कलह और उसके कारण, स्त्रियों की अनुचित माँगें, पतियों के अत्याचार, यदि स्त्री घर में अकेली हो, गर्भ काल की चर्या, सम्भोग, नित्यकर्म, सामाजिक प्रतिबन्ध, सन्तान सोमा, रोगी होने पर, पारिवारिक जीवन, एकाकी होने पर ।

६-वृद्धावस्था के रोग—वृद्धावस्था क्या है, वृद्धावस्था के आगमन के कारण, वृद्धावस्था में स्वस्थ रहने की विधि, कफ़ और श्वास के रोग, मन्दाग्नि और क्रब्ज, व्यायाम और प्राणायाम, दिनचर्या ।

७-विधुर जीवन—विधुर जीवन की प्राकृत कठिनाइयाँ, ४० वर्ष की आयु से पूर्व, अधेड़ावस्था में, वृद्धावस्था में,

खान पान का संयम, अध्ययन—स्वाध्याय, दिनचर्या, ससन्तान विधुर, एकाकी जीवन, धन-सम्पन्न विधुर, जीवन ध्येय ।

८—स्वास्थ्य-सलाहकार—स्वास्थ्य क्या है, स्वस्थ रहने की विधि, दिनचर्या, ऋतुचर्या, आहार, नित्य-कर्म, दैनिक व्यायाम, बच्चों की समझाज, रोगी होने पर, रोग-मुक्त होकर, विशेष बातें ।

९—स्वयंचिकित्सक—त्रिदोष, रोग, रोगी परीक्षा, मल-मूत्र परीक्षा, ज्वर और तपेदिक, मन्दाग्नि, अजीर्ण और अर्श, संग्रहणी अतिसार और पेचिश, मृगी, हिस्टोरिया और स्नायुरोग, वात रोग, रक्त विकार और कुष्ठ, उदर रोग, स्त्री रोग, बाल रोग, ऊर्ध्वजन्तुगत रोग, वाजीकरण, रसायन, फुटकर बातें, फुटकर नुस्खे ।

१०—घरेलुचुटकुले—जुकाम, चेचक, मोतीभरा, हैजा, अजीर्ण, मन्दाग्नि, बवासीर, प्लेग, विष, सर्पदंश, सिरदर्द, नेत्ररोग, प्रदर, प्रमेह, श्वास, कास, नकसीर, मृच्छा, बालरोग आदि पर ५०० अति सस्ते कौटुंबिक मोल के अनुभूत नुस्खे ।

११—पाकेट वैद्य—आसव, अरिष्ट, चूर्ण, बटी, अवलेह-पाक, घृत तेल, मलहम, लेप, रस, भस्म, काथ, अर्क, अंग्रेजी दवाइयाँ ।

- १२—गो पालन—गायों के पालन से लाभ, गायों की नस्ल, दाना चारा, गायों के रहने का स्थान, दूध, घृत, मक्खन, छाछ, ग्याभन गाय, गायों के बच्चे, डेरीफार्म, सांड, गायों के रोग और उनकी चिकित्सा ।
- १३—आतशक—आतशक की उत्पत्ति और उसके कृमि, आतशक की प्रथम अवस्था, दूसरी अवस्था, तीसरी अवस्था, चिकित्सा, सन्तान पर प्रभाव ।
- १४—सुज्ञाक—सुज्ञाक कैसे होता है, प्रारम्भिक लक्षण, उसका शरीर पर भीतरी प्रभाव, चिकित्सा, आधुनिक इलाज, सावधानी ।
- १५—कूत की बीमारियाँ—हैजा, प्लेग, चेचक, क्षय, कोढ़, खाल, चर्मरोग और मोतीभरा ।
- १६—नपुंसकता—नपुंसकता के लक्षण, नपुंसकता के कारण, झूठा भ्रम, नपुंसकता दूर करने के प्राकृत साधन, नुसखे ।
- १७—प्रमेह—प्रमेह की व्यापकता, प्रमेह के प्रकार, प्रमेह से बचने के साधन, पुराना प्रमेह रोग, प्रमेह की चिकित्सा ।
- १८—बाँझपन—बाँझ होने की आन्ति, बाँझ के लक्षण, साध्य बाँझदोष, चिकित्सा, ख़ास बातें ।

१६—सन्ताननिरोध—भारत की राष्ट्रीय सम्पत्ति और बढ़ती हुई जन-संख्या, भारत के दरिद्र परिवार, सन्तान सीमा निरोध के अधिकारी, सन्तान निरोध के आधुनिक तरीके, सन्तान निरोध के सरल उपाय, संयम ।

२०—शिशुपालन—जन्म के प्रारम्भिक चार सप्ताह, छः मास तक की सभाल, भोजन, स्नान, खेलकूद, वस्त्र, आदतें, गृह शिक्षण, चरित्र संगठन, शिक्षा, रोग और उनकी चिकित्सा ।

२१—गृहस्थजीवन—घर कैसा हो, आय को कैसे खर्च किया जाय, महमानदारी, पशुपालन, नौकर, व्यवसाय, पड़ोसियों से व्यवहार, मित्र और सम्बन्धी, घर में रुदैव बनी रहने वाली चीजें, शादी और त्योहार, विपत्ति का काल ।

२२—सात महारोग—कुष्ठ, क्षय, श्वास, संग्रहणी, उन्माद, वातव्याधि, सन्निपात ।

२३—व्यायामपद्धति—व्यायाम से लाभ, डम्बल, पैरल-लक्षर, हाईजम्प, मुद्गर, लाठी, कुरती, दण्ड, बैठक, फुटबाल, क्रिकेट, हाकी, फुटकर ।

२४—क्रब्ज—क्रब्ज की व्यापकता, क्रब्ज के कारण, प्राकृतिक उपचार, क्रब्ज दूर करने वाले प्रयोग ।

- २५—प्रसव—प्रसवकाल, प्रसव की आवश्यक चीजें, दाई, प्रसव की रीति, प्रसव की कठिनाइयां, प्रसव के बाद, प्रसूति का आहार, बच्चों की सम्हाल, प्रसूति रोग और उपचार ।
- २६—बच्चों का स्वास्थ्य—साधारण सम्हाल, नियमित दिनचर्या, भोजन और वस्त्र, व्यायाम और परिश्रम, विश्राम, पठनप्रणाली, स्कूली जीवन पर दृष्टि, खेल कूद, संगति, धार्मिक शिक्षा ।
- २७—विष भोजन—शराब, अफीम, गाँजा, भाँग, चरस चाय, क़हवा, काफ़ी, तम्बाकू, पान, कोकीन, और अन्य विष ।
- २८—व्यवहारिक योग—योग सम्बन्धी बीस भिन्न २ प्रकार के सरल आसन, चित्र सहित, जिनसे अनेक रोग दूर होते हैं ।
- २९—दीर्घायु—आयु बढ़ कैसे सकती है, आधुनिक और प्राचीन दीर्घायु पुरुष, दीर्घायु होने के प्रयोग, योग के विधान ।
- ३०—रोगी की सेवा—रोग के चारपाद, परिचारक, औषध, पथ्य, रोगी के लिये मकान, छूत के रोगियों की व्यवस्था, आरोग्य होने पर, अरिष्ट लक्षण, फुटकर बातें ।

३१—ववाई रोग—हैजा, प्लेग, अकालज्वर, महामारी, इन्फ्लुएँजा, कालाजार ।

३२—स्त्रियों के रोग—प्रदर, बाधक रोग, हरिम्पीबा, हिस्टीरिया, जरायुप्रदाह, जरायु अर्बुद, जरायु स्थान-च्युति, डिम्बकोष प्रदाह, योनिप्रदाह, कामोन्माद, बन्ध्यात्व ।

३३—गर्भाधान—ऋतुकाल, गर्भधारण की सावधानियाँ, गर्भिणी का आहार विहार, गर्भवती के रोग, अकाल गर्भच्युति, गर्भ न रहने के कारण, पुंसवन क्रिया, नौ मास की सम्हाल ।

३४—गृह निर्माण—भूमि का चुनाव, रुख और वातावरण, आवश्यक सामग्री, भिन्न २ मकानों के डिज़ाइन, वारनिश और रंग, सजावट, प्राचीन वास्तुशास्त्र, फुटकर बातें ।

३५—विधवा जीवन—२५ वर्ष की आयु तक, वैधक महिमा, प्रौढावस्था की विधवाएँ, शिक्षा और उद्योग, सामाजिक और कानूनी त्रुटियाँ, बृद्धाविधवाएँ, विधवाओं की दुरवस्था, सर्व साधारण का कर्तव्य, विधवा विवाह ।

३६—ग्राम्य जीवन—ग्राम्य जीवन का महत्व, शिक्षितों के लिये गावों में उद्योग धन्धे, ग्राम्य संगठन, ग्रामीण-

जनों का सुधार, आदर्श गाँव, योरोप के गाँव और
ग्रामीणों का जीवन, गाँवों के बच्चों की शिक्षा,
ग्राम्य बैंक ।

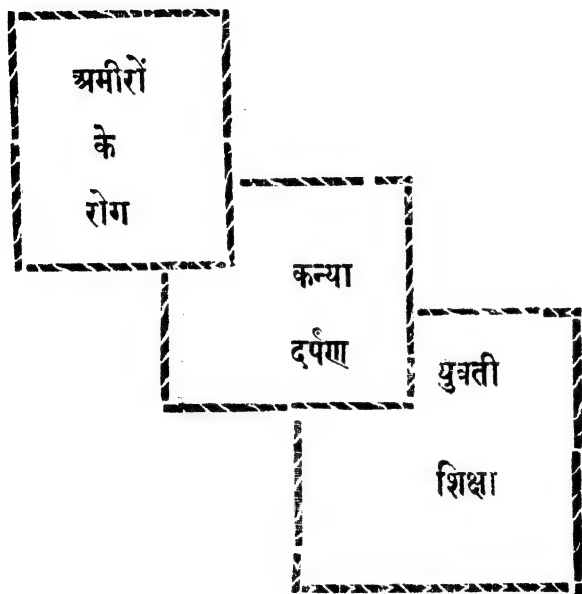
३७—नगर जीवन—नगर जीवन की विपत्तियाँ, नागरिक
जीवन से चरित्र नाश, गरीबों का नगरवास, नगर के
खाद्य और रहन सहन, नगर के खतरे, भारतके प्रधान
नगरों का सिंहावलोकन ।

३८—ब्रह्मचर्य साधन विधि—ब्रह्मचर्य क्या है, ब्रह्मचर्य
के विषय में प्राचीन भारतीय मत । प्राचीन काल में
ब्रह्मचर्य का आदर, ब्रह्मचर्य की कठिनाइयाँ, युवकों
का ब्रह्मचर्य, विवाहितों का ब्रह्मचर्य, अशुद्ध अवस्था में
ब्रह्मचर्य, वृद्धावस्था में ब्रह्मचर्य, ब्रह्मचर्य साधना के
व्यवहारिक प्रयोग, युवतियों का ब्रह्मचर्य ।

३९—हज़ार नुसखे—भिन्न २ रोगों पर प्रसिद्ध हकीमों
और वैद्यों के एक हज़ार अलभ्य और चुनीदा नुसखे ।

४०—नित्य नियम—सात्विक जीवन, सन्ध्याबन्दन,
स्त्री पुरुषों के नित्य गाने योग्य गायन, बच्चों के
गीत, स्वाध्याय, धर्म विधान, व्यवहारिक सिद्धान्त,
सामाजिक सभ्यता, आध्यात्म तत्त्व, भगवत्स्मरण ।

माला की तीन पुस्तकें तैयार हैं



आज ही कार्ड लिखिए !!!

महान् ग्रन्थकार आचार्य श्रीचतुरसेन शास्त्री की अन्य पुस्तकें

१—हृदय की परख (उपन्यास)—जगत् में कितने लोग पाप करते हैं । परन्तु महान् बुद्ध ने कहा है—
'पाप दुश्चा है—इसकी अपेक्षा—पाप क्यों दुश्चा है, यह देखना चाहिए ।' कलाविद् ग्रन्थकार ने कुछ उन्नत मन व्यक्तियों की मानसिक दुर्बलता के कोमल अंग पर प्रहार किया है । इस उपन्यास के लगभग सभी पात्र किसी अंश तक पाप कर चुके हैं, पर पाठक के हृदय में उनके प्रति न केवल सहानुभूति, प्रत्युत् श्रद्धा भी उत्पन्न होती है । यह उपन्यास केवल मनोरंजन की सामग्री नहीं—गम्भीर मानव स्वभाव का अति मनोरंजक चित्र है—पुस्तक का तीसरा संस्करण छपा है ।
मूल्य सजिद्ध १॥)

२—हृदय की प्यास—रूप और प्रेम दो प्रतिद्वन्दी शक्तियाँ हैं । रूप ऐसा शैतान है कि प्रेम की पवित्र धारा को वासना की ओर झुका कर ही दम लेता है ।

इस उपन्यास में लेखक ने मनुष्य की सूक्ष्म मनोवृत्तियों का उत्थान, पतन, उद्वेग और शमन इस खूबी से किया है कि वाह ! किसे रूप की प्यास न लगी होगी, खासकर यौवन की दुपहरी में । पाठक, इस उपन्यास को पढ़कर ज़रा देखिए तो ? मूल्य सजिल्द २)

३--अद्वैत लेखक की = अमर कहानियाँ । निर्जीव लेखनी किस भाँति रोती हँसती और नाचती गाती है, यह आप इस पुस्तक में देखिए । कभी उल्लास सोते हुए यौवन को ठोकर मार कर जगावेगा, कभी आतङ्क छाती में एक घूँसा मारेगा, कहीं आप ठगे से रह जावेंगे, कहीं आप दिल खोलकर रो उठेंगे । सजिल्द का मूल्य १॥)

४--उत्सर्ग (नाटक)--यह छोटासा नाटक क्या है, आग का वह दहकता अंगारा है जिसे बुझाने को शताब्दियों के आँधी में भी काफ़ी नहीं । किस भाँति चित्तौड़ पर सीरौदिया जूम मरे और प्रबल अकबर को पददलित किया । किस भाँति १४ हज़ार राजपूतानियाँ जल कर राख हो गईं ! देखने सुनने योग्य है । मूल्य ॥)

५--गोल्लसभा -लण्डन के सेन्ट जेम्स पैलेस में बैठकर

कैसी २ क्रीमती खोपड़ियों ने टक्कर लीं । और किस भाँति भारत के लोह पुरुष ने योगोप की राजनीति को नंगा किया । पढ़िए । मूल्य २)

६--इस्लाम का विप वृत्त-- किस भाँति अरब से यह लाल लोहे का अंगारा उठा और मध्य एशिया को चीरता हुआ योरोप तक घुस गया । किस प्रकार अरबों ने मुहम्मदी झण्डे के नीचे पृथ्वी की सम्पदा भोगी । भारत को इस्लाम के चरण तल में दबकर कैसी २ थम यातनाएँ भोगनी पड़ी । किस भाँति प्रबल मुगल साम्राज्य का दिगन्त गौरव बढ़ा और फिर भाग्य चक्र में पड़कर वह ७ करोड़ का तख्त-ताऊस किस प्रकार किसी अज्ञात जादूगर की फूँक से उड़ कर लोप हो गया ! सबके ऊपर योरोप की शक्तियाँ फिर किस ठाठ से जमकर बैठीं । यह इस ग्रन्थ में पढ़िये । आपके होश उड़ जावेंगे ।

यह ग्रन्थ लेखक के प्रसिद्ध अप्रकाशित ग्रन्थ 'तब, अब क्यों और फिर, का एक अध्याय है, जो गत दश वर्षों से प्रकाशित होने के लिए अनुकूल समय की प्रतीक्षा कर रहा है । मूल्य सजिल्द ३) अजिल्द २॥)

मैनेजर—प्रकाशन-विभाग

संजीवन-इन्स्टीट्यूट, दिल्ली ।

ग्रन्थकार का अद्भुत ग्रन्थ

मिथुन-शास्त्र

प्रेस में जा रहा है। यह ग्रन्थ २००० पृष्ठों और ४ भागों में सम्पूर्ण होगा। यह ग्रन्थ काम-विज्ञान अर्थात् स्त्री-पुरुषों के पारस्परिक दैहिक एवं आध्यात्मिक सम्बन्धों के सूक्ष्म एवं वैज्ञानिक विवेचनों और व्याख्याओं से युक्त होगा।

आनुमानिक मूल्य २५)

नोट-अभी से नाम लिखाने से २०) में।

एक-एक भाग छपता जायगा और ४)

में बी० पी० द्वारा पहुँचता जायगा।

आज ही नाम लिखाइए।

दुवारा छप गया !!

व्यभिचार

जिस ग्रन्थ ने प्रथम बार सन् १६१८ में छपकर सारे हिन्दुस्तान में हलचल मचा दी थी। जिसे पढ़कर बड़े २ पापी व्यभिचारी थर्रा गये थे। जिस पर अनेक धर्म ठोंगियों ने मुकदमे चलाने की धमकियाँ दीं थी और जो गत तीन वर्ष से अलभ्य था—फिर छप गया।

इसे पढ़कर

हजारों युवकों ने नवजीवन पाया है। सैकड़ों घर
वर्वाद होते बच गए।

सिर्फ एक बार पढ़िए !!

रोंगटे खड़े हो जावेंगे ! आपके होश उड़ जावेंगे !!

आप आवाक हो जावेंगे।

व्यभिचार के खुले खेल, जिसमें सब कोई चाव रखते हैं
पर जिस से सब कोई मुँह छिपाते हैं।

इस पुस्तक में पढ़िए।

अपने लम्पट मित्रों को एक प्रति भेंट दीजिए।

शायद उनकी आँखें खुल जायें।

मूल्य सजिल्द ३॥) रु०

नोट—१८ वर्ष से कम आयु के लड़कों को, कुमारों को,
और स्त्रियों को नहीं भेजा जायगा।

आरोग्य-मन्दिर की सेवाएँ

- १—इस मन्दिर की स्थापना उत्तर भारत के श्रेष्ठ चिकित्सक आचार्य श्रीचतुरसेन शास्त्री महोदय ने अपने निज व्यय से की है। इसका उद्देश्य सर्व साधारण को बिना किसी प्रकार की फीस आदि लिये आचार्य महोदय की बहु मूल्य चिकित्सा से लाभ पहुँचाना है।
- २—बाहर के यात्रियों को अपने आने की सूचना प्रथम दे देने से सुविधा होगी। उन्हें क्या रोग है कितने आदमी साथ होंगे, उन्हें कितना स्थान और क्या २ सुविधाएँ चाहिए, आदि सभी बातें संक्षेप से स्पष्ट लिख देनी चाहिए। स्थान की विभाग में चाहिये या पुरुष विभाग में, यह भी लिखना चाहिये।
- ३—राजा, रईस, और सर्व साधारण को उनकी सुविधा के उपयुक्त स्थानादि का यथाशक्ति प्रबन्ध मन्दिर की ओर से है, सर्वसाधारण से औषध आदि का कुछ मूल्य नहीं लिया जाता, तथा जो भाई स्वीकार करें उनके लिये भोजन का प्रबन्ध भी मन्दिर की ओर से होता है। किसी से किसी भी प्रकार की फीस नहीं ली जाती है।
- ४—आचार्य महोदय संग्रहणी और लय के विशेषज्ञ हैं।
गत ११ वर्षों से आप इन मनुष्यमात्र के भयानक

शत्रु रूप रोगों के अनुसन्धान में लगे हैं और बहुत कुछ सफलता प्राप्त की है। अतः इन रोगों के रोगियों को आने से अधिक लाभ की सम्भावना है। इसके सिवा, वन्ध्यात्व, नपुंसकत्व, लकुआ, उन्माद, हिस्टीरिया, स्वास, रक्त विकार, पीनस आदि रोगों की भी आप अव्यर्थ चिकित्सा करते हैं।

५—यदि कोई सज्जन बड़े २ शहरों में रहने, अधिक परिश्रम करने, तथा रोग शोक आदि के कारण दुर्बल और कमजोर हो गये हों—उन्हें कोई खास रोगन हों किन्तु वे अपना स्वास्थ्य सुधारने तथा नियमित जीवन बनाने को कुछ दिन मन्दिर में रहना चाहें तो उनके लिये खास प्रबन्ध है।

६—जो लोग पत्रव्यवहार द्वारा आचार्य महोदय की रोग के सम्बन्ध में सलाह लेना या चिकित्सा कराना चाहते हैं उन्हें सब हाल खुलासा पत्र में लिख देना चाहिये तथा पत्र पर 'रोगी, शब्द लिख देना चाहिये।

७—सब प्रकार के पत्रोत्तर के लिये—)। का टिकट भेजना आवश्यक है।

पत्रव्यवहार का पता—

‘व्यवस्थापिका, ‘आरोग्य-मन्दिर,

शाहदरा, दिल्ली।

दो हजार वर्ष पुराने चार नुसखे !!

महर्षि चरक प्रणीत

इन्हें हमने नवोन वैज्ञानिक रीति पर तैयार किया है, ये नुसखे प्रत्येक ऋतु में सेवन किये जाने योग्य हैं।

१—साँप का सुरमा

यह सुर्मा साँप के फन में सिद्ध किया गया है। धुन्ध, खुजली, रतौंध, नज़ला, पर्वल, ढरका, चकाचौंध, जलन, पीड़ा, पानी बहना, तारे से देखना, एकदम अँधेरा, आना, आदि शिकायतें बहुत शीघ्र दूर हो जायँगी।

क्रोमत एक तोला १½, दो तोला २)

२—घृष्य रसायन

यह प्राचीन ऋषि प्रणीत औषध आश्चर्य जनक रीति से अपरिमित वीर्य और वीर्य कीटों को उत्पन्न करती एवं पुष्ट करती है। सब प्रमेहों पर राम वाण्य है। न क्रब्ज करती है न गर्मी। मूल्य २० दिन सेवन योग्य दवा ४)

३—ब्राह्मी रसायन

इसके सेवन से सब प्रकार के मस्तिष्क और आँखों के रोग, हिस्टीरिया, मृगी, नींद न आना, बुरे स्वप्न, पुराना सिर दर्द; मोतियाबिन्द, रतौंध चक्कर, भ्रम, मूर्छा, आदि रोग शीघ्र दूर होते हैं। २० दिन सेवन योग्य आधा सेर का डिब्बा ३॥)

४—सौभाग्य-सुन्दरी-रसायन

यह दवा मासिक धर्म को ठीक करके बच्चेदानी को साक्षर देती है। गर्भ-धरक शक्ति उत्पन्न करती है। स्त्रियों की स्थूलता को कम करके शरीर को लचीला और कोमल बनाती है, रंग को निखारती है। मूल्य १२ दिन सेवन योग्य दवा २)। (सबका पोस्टेज पृथक्)

आप दवाइयाँ कहाँ से मंगाते हैं ?

आपको जब उत्तम, विशुद्ध आयुर्वेदिक दवाइयों की आवश्यकता हो — आप हम से मँगाया कीजिए । हमारी दवाइयाँ विशुद्ध शास्त्रीय रीति से तैयार की जाती हैं, पवित्रता का ध्यान रक्खा जाता है और मूल्य अत्यन्त सस्ता होता है । उत्तर भारत में हमारा कार्यालय ही सबसे अच्छा है और माल की उत्तमता तथा मूल्य के सस्तेपन में हमसे कोई बराबरी नहीं कर सकता ।

सब प्रकार की दवा जैसे चूर्ण, आसव, अर्क, मुरब्बे, अवलेह, रस, भस्म, वटी, खमीरे, शर्बत, हमारे यहाँ तैयार रहते हैं । इसके सिवा ऑर्डर देने से आप कोई भी नुस्खा तैयार करके हमसे मंगा सकते हैं । जैसा कि बहुत से राजा महाराजा और रईस लोग बहुधा करते हैं ।

सूखी और हरी वनस्पति, जड़ी बूटियाँ आदि भी हम आपको भेज सकते हैं । इसके सिवा विविध प्रकार के वन्य पशुओं की चर्बी आदि तथा दुर्लभ वस्तुएँ हमारे यहाँ आपको सदा मिल सती हैं । इस पुस्तक में जो दवाइयाँ आई हैं वे सब हमारे यहाँ तैयार मिलेंगी ।

विशेष जानकारी के लिए (=) के टिकट भेजकर बड़ा सूचीपत्र मंगाइये, पत्रव्यवहार का पता —

जनरल मैनेजर —

संजीवन फार्मेस्युटिकल वर्क्स,
दिल्ली ।

